

Las mejores academias de entrenamiento personal en el mundo, según TopCursosDeporte

Los entrenadores personales han ganado notoriedad en los últimos años, lo que ha hecho que crezca bastante la demanda de estos profesionales a nivel mundial debido a la mayor importancia que se le da a la salud. A pesar de ello, en algunos países como España, este oficio se encuentra en la lista de los puestos de trabajo de difícil cobertura según el Servicio Público de Empleo Estatal (SEPE)

ISSA, de Estados Unidos

La International Sports Science Association (ISSA) es una de las academias más punteras a nivel global. Es muy completa, puesto que dispone de cursos y másteres para convertirte en personal trainer, instructor de fitness y entrenador de élite, entre otras opciones, algunos de los cuales están acreditados por la National Collegiate Athletic Association (NCAA) de Estados Unidos.

Según se destaca en su página web, ISSA está presente en todo el mundo con entrenadores de 174 países y alrededor de 475.000 estudiantes.

El curso de entrenador personal certificado se puede completar en tan solo cuatro semanas con el programa Fast Track, aunque la mayoría de los estudiantes tardan 12 semanas en completarlo y es válido para trabajar de manera independiente, online o en la mayoría de franquicias de gimnasios en Estados Unidos.

Fivestars, de España

No todos los mejores centros provienen de América. En España destaca Fivestars International Graduate School, un centro con un crecimiento exponencial desde 2019. Su metodología es innovadora, divertida y práctica, ya que ofrece clases en directo con medallistas olímpicos, campeones del mundo de diferentes deportes o investigadores en actividad física.

Además, en este centro educativo virtual es posible obtener las acreditaciones europeas de EHFA (European Health & Fitness Association, EHFA) con los niveles EQF3 y EQF4. Su metodología además es muy dinámica y ofrece recursos de aprendizaje exclusivos de Fivestars, como son los audiolibros, aprendizaje por entrenamiento de habilidades prácticas o incluso, se puede competir con otros alumnos por puntos y ser el mejor entrenador del año e incluso mejor alumno del año de todos los cursos a nivel internacional.

Por último, Fivestars se ha convertido en número uno en el mundo en celebración de congresos internacionales relacionados con el ejercicio físico y la nutrición en varios idiomas, participando con leyendas del deporte internacional

o los referentes de la investigación en el mundo.

NASM, de Estados Unidos

La National Academy of Sports Medicine (NASM) también destaca en el país norteamericano en sus cursos de entrenador personal. Este centro presume de haber formado a 1.400.000 profesionales del fitness de 100 países, ofrece cursos de personal trainer y de nutrición –entre otros- y su contenido se ofrece a través de una plataforma digital interactiva.

Una vez finalizado el curso, hay que pasar un examen para obtener la certificación por parte de la National Collegiate Athletic Association (NCAA) y ya convertirse en entrenador personal. Existen diversas maneras de estudiar en NASM, de manera guiada o autónoma y los precios de los cursos oscilan alrededor de los 1.700 dólares por curso.

Start2move, de Países Bajos

Start2Move ofrece formación a través de webinars y blogs gratuitos para convertirte en personal trainer, experto en nutrición o lograr cualquiera de los 40 cursos de los que dispone esta academia formativa. Con un precio asequible y con posibilidad de ser becado, esta es una buena opción para convertirte en entrenador personal en Europa.

Se da formación sobre la teoría del entrenamiento, anatomía, prevención de lesiones, sobrecarga progresiva, trato con los clientes, acción didáctica, nutrición general, nutrición en relación al deporte y estilo de vida saludable, además de otros temas como coaching y cambio de comportamiento, o gestión del sueño y el estrés.

The Health Lab, de Dinamarca

Otro de los que destaca en Europa es The Health Lab que, además de ofrecer cursos de personal trainer, también lo hace de instructor de fitness y de entrenador de Mindfulness. El curso de entrenador personal tiene un precio de unos 2.300 euros con 140 horas lectivas, con clases prácticas y teóricas.

Webgrafía y Bibliografía

1. Euroactive supporters (s.f). <https://www.euroactive.eu/civicrm/profile?gid=197&reset=1&force=1&search=0>
2. Start2Move. <https://www.start2move.nl/>
3. The Health Lab. <https://thehealthlab.dk/>
4. ISSA. <https://www.issaonline.com/>
5. Fivestars (s.f) Fivestars. <https://fivestarsfitness.com/>

NASM. <https://www.nasm.org/>
