



CIPT

CERTIFICADO INTERNACIONAL EM
PERSONAL TRAINER

A PRIMEIRA E ÚNICA CERTIFICAÇÃO DO BRASIL EM
PERSONAL TRAINER CHANCELADA PELO ACSM.



SCIENCE PLAY
Anytime, everywhere



O CERTIFICADO IDEAL PARA O MUNDO EM CONSTANTE MUDANÇA.

O CIPT é um certificado inovador para quem deseja ser protagonista de sua área de atuação aplicada na prática para o seu futuro e o agora. A metodologia de aprendizagem do programa junta a modernidade da Science Play com a tradição e solidez acadêmica do ACSM (American College of Sports Medicine).

METODOLOGIA INTERNACIONAL

**SÃO MAIS DE 50 PROFESSORES
NACIONAIS E INTERNACIONAIS**



4 módulos
+ avaliações



10 semanas de
formação



Reconhecimento
internacional

100%
ONLINE

96 HORAS
DE CONTEÚDO

10 SEMANAS
DE DURAÇÃO



CHEGOU A HORA!

TORNE-SE UM
PERSONAL TRAINER COM
CERTIFICAÇÃO
INTERNACIONAL
EM APENAS 10 SEMANAS



ORGANIZAÇÃO

A maioria dos programas de certificação se baseia no ensino tradicional de anos atrás, mas em um mundo em constante transformação, a educação tradicional não tem mais tanto impacto, quem deseja se destacar na profissão precisa buscar outros caminhos que causem impacto real na sua prática clínica.

O CIPT é uma formação profissional que te leva a outro nível, te certificando internacionalmente porque não segue tradições passadas e te prepara de forma rápida e assertiva para o mercado de trabalho atual da sua atuação na Educação Física. Uma certificação completa e intensa porque te ensina a ciência por trás de muitos estudos aplicados na prática de hoje.



BRUNNO FALCÃO
Science Play



DIREÇÃO TÉCNICA E PEDAGÓGICA

LUIZ CARNEVALI **Diretor Científico**



Diretor Técnico LATAM do grupo Bio Ritmo/ Smart Fit de academias. Palestrante em eventos todo o Brasil, Europa e Estados Unidos. Mestrado e Doutorado pelo Instituto de Ciências Biomédicas da Universidade de São Paulo. (ICB-USP). Doutorado SANDWICH na Universidade de Potsdam, Alemanha. Autor de 4 livros: Nas áreas de Emagrecimento, Nutrição Esportiva e Biologia. Coordenador dos cursos de Pós-graduação No Brasil e Europa (UniFMU, USCS, São Camilo Conselheiro do CREF4/SP

PEDRO PERIM **Coordenação Científica**



Nutricionista, Mestre pela Faculdade de Medicina da USP, Coordenador Científico e Co-Founder da Science Play, Especialista em Nutrição Esportiva, Especialista em Microbiota Intestinal, Certificação Internacional em Nutrição Esportiva, Membro do American College of Sports Medicine, Nutricionista do Instituto Health.



VEJA OS MÓDULOS DO CERTIFICADO

A grade do CIPT é uma metodologia completa e assertiva que vai fazer você economizar tempo e dinheiro para se preparar para o novo mundo.

MÓDULO 1

Prescrição de exercícios - Saúde

| | |
|---------|--|
| Aula 1 | Bioquímica descomplicada |
| Aula 2 | Como o metabolismo responde ao exercício físico? |
| Aula 3 | Exercício físico e Sistema Imune |
| Aula 4 | Prescrição de exercícios para diabetes |
| Aula 5 | Prescrição de exercícios para hipertensão arterial |
| Aula 6 | Prescrição de exercícios para cardiopatias |
| Aula 7 | Prescrição de exercícios para síndrome metabólica |
| Aula 8 | Prescrição de exercícios para dislipidemias |
| Aula 9 | Prescrição de exercícios para câncer e imunodeficiências |
| Aula 10 | Prescrição de exercícios para pós-Covid |
| Aula 11 | Prescrição de exercícios na obesidade |
| Aula 12 | Prescrição de exercício e saúde mental |
| Aula 13 | Prevenção de lesões e reabilitação nas disfunções na cintura escapular |
| Aula 14 | Prevenção de lesões e reabilitação nas disfunções da coluna vertebral |
| Aula 15 | Prevenção de lesões e reabilitação nas disfunções nos joelhos |
| Aula 16 | Prevenção de lesões e reabilitação nas disfunções no quadril |
| Aula 17 | Mobilidade articular e liberação miofascial |
| Aula 18 | Prescrição de exercícios para Idosos |
| Aula 19 | Prescrição de exercícios para gestantes |
| Aula 20 | Prescrição de exercícios para crianças e adolescentes |
| Aula 21 | Prescrição de exercícios para mulheres |



MÓDULO 2

Prescrição de exercícios - Estética

| | |
|---------|---|
| Aula 22 | Bases Fisiológicas do emagrecimento |
| Aula 23 | Metabolismo e controle de peso |
| Aula 24 | Prescrição do treinamento combinado e emagrecimento |
| Aula 25 | Prescrição do treinamento de musculação no emagrecimento |
| Aula 26 | Fisiologia e Sinalização molecular do processo de hipertrofia muscular |
| Aula 27 | Variáveis Metodológicas no Treinamento de Força |
| Aula 28 | Periodização de treino para hipertrofia muscular  |
| Aula 29 | Efeitos do volume X intensidade de treino na hipertrofia muscular  |
| Aula 30 | Métodos de Treinamento para Hipertrofia e Força Muscular |
| Aula 31 | Fundamentos do Treinamento Funcional |
| Aula 32 | Avaliação do Movimento Funcional |
| Aula 33 | Planejamento, Organização e Prescrição do Treinamento Funcional |
| Aula 34 | Resp. fisiológicas do treinamento intervalado de alta intensidade  |
| Aula 35 | Planejamento do treinamento de alta intensidade e progressão de cargas |
| Aula 36 | Conceitos e definições de HIIT |
| Aula 37 | HIRT - HICT - HIIT Multi modal  |
| Aula 38 | Controle de carga de treinamento: uma abordagem biomecânica |
| Aula 39 | Análise biomecânica e correta execução dos principais exercícios para MMSS (Peitorais, ombros e tríceps) |
| Aula 40 | Análise biomecânica e correta execução dos principais exercícios para MMSS (Costas e Bíceps) |
| Aula 41 | Análise biomecânica e correta execução dos principais exercícios para MMII (Quadríceps e glúteos) |
| Aula 42 | Análise biomecânica e correta execução dos principais exercícios para MMII (Isquiotibiais e panturrilhas) |
| Aula 43 | Análise biomecânica e correta execução dos principais exercícios para Core |

 Aula Internacional







MÓDULO 3

Gestão de carreira e marketing

| | |
|---------|--|
| Aula 44 | Personal Digital: Como captar clientes e ter uma nova renda a partir das redes sociais |
| Aula 45 | Vendas online |
| Aula 46 | Consultoria on-line (conquistar mais alunos e aumentar faturamento) |
| Aula 47 | Organizando programas de emagrecimento para consultorias on-line |
| Aula 48 | Nicho mercadológicos lucrativos para o Personal Trainer |
| Aula 49 | Gestão de carreira para o Personal Trainer |
| Aula 50 | Como definir o preço para o serviço de personal trainer? |
| Aula 51 | Utilização de tráfego pago para escalar suas vendas |
| Aula 52 | Fidelização e retenção de clientes |
| Aula 53 | Gestão de finanças para Personal Trainer |
| Aula 54 | Construção de Produtos x métodos de lançamento |

MÓDULO 4

Nutrição e suplementação esportiva

| | |
|---------|--|
| Aula 55 | Suplementação de Proteínas e aminoácidos para a hipertrofia muscular |
| Aula 56 | Suplementação tamponante no esporte (beta-alanina e bicarbonato de sódio) |
| Aula 57 | Suplementação de creatina no esporte  |
| Aula 58 | Nutrient timing na nutrição esportiva  |
| Aula 59 | Estratégias nutricionais para recomposição corporal |
| Aula 60 | Distúrbios alimentares e sua implicação na prática de exercícios |
| Aula 61 | Suplementação de cafeína no esporte  |
| Aula 62 | Suplementação de nitrato no esporte  |

 Aula Internacional



PROFESSORES NACIONAIS



ALEX SOUTO
MAIOR



ALMERIS
ARMILIATO



ANTÔNIO
ARRUDA



ANTÔNIO
FIRMINO



BELMIRO
DE SALLES



BERNARDO
PETRIZ



BRUNNO
FALCÃO



LUIZ
CARNEVALI



DAISY
MOTTA



FABRÍCIO
BOSCOLO



FERNANDO
REISER



GUSTAVO
ZORZI



IGOR
CONTERATO



JESSER
ALMEIDA



JOÃO
MOURA



JONATO
PRESTES



JÚLIO
PAPESCI



JULIO
SERRÃO



LEO
CABRAL



LEONIDAS
MARROCOS



LUCIANA
LANCHA



LUIZ ANTÔNIO
DOMINGUES



LUIZ
CARNEVALI



MARCELO
CARVALHO



MILENA
DUTRA





NATHÁLIA
LUNA



PAULO
GENTIL



PEDRO
PERIM



RAFAEL
MIRANDA



RAFAEL
SONCIN



RAFAEL
SOTERO



RAPHAEL
CARVALHO



RENATO
PARDINI



RODOLFO
RAIOL



RUY
CALHEIROS



THIAGO
PANDA



THIAGO
RAMALHO

+ OUTROS PROFESSORES CONVIDADOS



CIPT | CERTIFICADO INTERNACIONAL EM PERSONAL TRAINER

SCIENCE PLAY
Anytime, everywhere



PROFESSORES INTERNACIONAIS



+ OUTROS PROFESSORES CONVIDADOS



NOSSOS DIFERENCIAIS

+ notoriedade
+ relevância
+ experiências
+ oportunidades
& conhecimento

| | Certificações Tradicionais | CIPT - ACSM Approved Provider |
|--------------|--|--|
| Professores | Nacionais | Nacionais + Internacionais |
| Campo | Prática Clínica | Pesquisa + Prática Clínica |
| Certificação | Nacional através de faculdades desconhecidas | Internacional com a maior entidade do mundo todo |
| Duração | 78 a 104 semanas | 10 semanas |
| Garantia | Sem garantia ou taxas de cancelamento | Sem risco* |
| Conteúdo | Proposta pedagógica ultrapassada | ACSM Approved Provider |

O CIPT É PARA O PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA QUE DESEJA TRANSFORMAR A PRÓPRIA CARREIRA COMO PERSONAL TRAINER E PROPORCIONAR RESULTADOS MAIS DEFINITIVOS PARA SEUS CLIENTES



CERTIFICADO INTERNACIONAL EM
PERSONAL TRAINER

SAIBA MAIS:

www.personaltrainer.academy

