



El Gobierno de la Ciudad de México y el Instituto del Deporte  
De la Ciudad de México por conducto del Sistema de Capacitación Deportiva

## CONVOCAN

A través de la Dirección de Calidad para el Deporte y la Subdirección de Atención Técnica y Excelencia Deportiva, de conformidad con el artículo 20 Fracción II del Estatuto Orgánico del Instituto del Deporte de la Ciudad de México, a entrenadores deportivos, instructores, preparadores físicos, profesores, monitores y público en general de la Ciudad de México, a inscribirse al curso del primer trimestre del año.

### ENTRENAMIENTO CON PESAS PARA LA HIPERTROFIA Y LA SALUD NIVEL 1

**Sede: Área teórica.- Aula de la Subdirección de Atención Técnica y Excelencia Deportiva**  
Av. División del Nte. 2333, Gral. Anaya, Benito Juárez, 03340 Ciudad de México, CDMX

**Fechas:** 18, 19 y 25, 26 de febrero de 2023

**Horario:**  
Sábado y domingo de 10:00 a 16:00 horas.

**4 sesiones**  
**Total:** 24 horas.

**Metodología:**  
12 horas presenciales con conductor para teoría.  
12 horas presenciales para prácticas.

**Costo:** \$500.00 (Quinientos pesos 00/100 MN)

**Conductor:** Emmanuel Javier Novas Sánchez



### Requisitos:

- Edad mínima 18 años cumplidos.
- Copia de comprobante de domicilio vigente (predial, agua, luz, teléfono, etc.).
- Copia de identificación oficial (INE, pasaporte o cédula profesional).
- Certificado Médico, máximo 3 meses de haber sido expedido.
- 3 fotografías óvalo tamaño credencial en papel mate sin brillo, blanco y negro.  
Mujeres: con blusa blanca, cabello recogido y accesorios discretos.  
Hombres: con camisa blanca, cabello arreglado.
- Solicitud de inscripción al curso en los siguientes contactos:
  - **Teléfono de oficina:** 5556043238
- Horarios de Atención
  - **Lunes a Viernes** de 10:00 a 17:00 horas.

### Proceso de Inscripción:

1. Llenar solicitud de inscripción (se entrega al momento de realizar la inscripción).
2. Depositar el costo del curso a la Cuenta: **7013-6316832** a nombre del **Instituto del Deporte** del Distrito Federal (**Citibanamex**). Con la referencia **02012023** concepto **PESAS 1**, obligatorio hacer depósito con referencia y concepto.
3. Presentar comprobante de pago original y 2 copias por ambos lados, así como las fotografías y la documentación solicitada en las oficinas de la Subdirección de Atención Técnica y Excelencia Deportiva.

### Criterios de acreditación:

- Cubrir el 95% mínimo de asistencia.
- Aprobar áreas teórica y práctica con un mínimo de 8.0 de calificación cada una.

### Importante:

- Fecha límite de inscripción 16 de febrero del 2023
- En caso de realizar el pago y no continuar con el proceso de inscripción no habrá devoluciones de depósitos
- En caso de inscribirse y no ingresar al curso en las fechas señaladas, no habrá devolución del importe correspondiente, ni se podrá utilizar el pago para otro curso.
- Se entregará el reconocimiento oficial 30 días hábiles posteriores de haber acreditado el curso.
- El alumno deberá contar con su material, mismo que se le indicará vía electrónica al concluir su inscripción.

**TRANSITORIOS:** Los casos no previstos en la presente convocatoria serán resueltos por la Dirección de Calidad para el Deporte a través de la Subdirección de Atención Técnica y de Excelencia Deportiva.  
Ciudad de México a 01 de febrero del 2023.

  
**LIC. SALVADOR MORALES PÉREZ**  
**DIRECTOR DE CALIDAD PARA EL DEPORTE**