INSTITUTO PERUANO DEL DEPORTE

REPUBLICA PERUANA

RESOLUCION No. 739-AD-89.

Lima, 27 de SETIEMBRE de 198.9.....

CONSIDERANDO

Que es finalidad del Instituto Peruano del Deporte Promover y Fomentar la práctica Deportiva;

Que es política del Instituto Peruano del Deporte- establecer las condiciones que permitan la Formación y Capacitación permanente de Deportistas Dirigentes y Especialistas Deportivos;

Que el Centro de Estudios del Deporte ha programado Actividades destinadas a la capacitación de Recursos Humanos necesarios para el desarrollo del - Sistema Deportivo;

El Centro de Estudios del Deporte en coordinación- con la Federación Peruana de Físicoculturismo ha - estructurado los lineamientos generales para la -- ejecución del Curso de NUTRICIÓN APLICADA AL CULTURISTA;

En concordancia con lo dispuesto en los Artíc.8vo, 9no,Inciso a y 22avo,del Decreto Legislativo No.-- 328 Ley General del Deporte y Artíc.2do,10mo,Inciso de, 21 Disposiciones Transitorias 1ra y 2da del reglamento del Centro de Estudios del Deporte, Resolución Jefatural No.0413-AD-87 y con el Visto -- Bueno de la Dirección Ejecutiva;

SE RESUELVE:

ARTICULO PRIMERO: Aprobar la realización del Curso de NUTRICION APLICADA AL CULTURISTA,que forma parte del programa de capacitación

/..

INSTITUTO PERUANO DEL DEPORTE

REPUBLICA PERUANA

RESOLUCION No. 739-AD-89.

Lima, 27 de SETIEMBRE de 198 9

/..

del Centro de Estudios del Deporte.

ARTICULO SEGUNDO: La ejecución del curso será auto-financiado mediante el pago de derecho de enseñanza y certificación.

Regístrese y Comuníquese.

INSTITUTO PERUANO DEL DEPORTE — PRESIDENCIA CND

ARMANDO MARUY TAKAYAMA
Presidente del Consejo Nacional del Deporte

CED/RSMM
zrs.

Auto: Res: 739-10-89.
27.09.89.

INSTITUTO PERUANO DEL DEPORTE

INSTITUTO PERUANO DEL DEPORTE
Dirección Ejecutiva
2628
8 JUN. 1989
RECIBIDO

INFORME Nº 070 -DINADAF-89

A : DIRECCION EJECUTIVA NACIONAL
DE : DIRECCION NACIONAL DE DEPORTE DE AFILIADOS
ASUNTO : PROYECTO DE CURSOS DE FISICOCULTURISMO
REFERENCIA : MEMORANDUM Nº 103-CED-89
FECHA : LIMA, 06 DE JUNIO DE 1989

El Director del Centro de Estudios del Deporte ha remitido el Memorándum de la referencia, elevando tres proyectos de Resolución para el -- dictado de Cursos solicitados por la Comisión Nacional de Físicoculturismo; el cual agradeceré a usted su visado considerando que éstos forman - parte del Plan de Desarrollo ya aprobados por esta Dirección Nacional.

Los Cursos de Taller sobre Anabólicos y esteroides en el deporte, --- Nutrición aplicada al Físicoculturismo y el de Jueces, serán --- autofinanciados.

INSTITUTO PERUANO DEL DEPORTE - Dirección Nacional de Deporte de Afiliados

Atentamente,
CONSEJO NACIONAL DEL DEPORTE

RODOLFO CREMER NICOLI
Director Nacional de Deporte de Afiliados

RCN:DINADAF.
DG:cg.
c.c.: Arch.
Var.
Adj.: (03 files).

TOMAS PINTA GUERRERO
Director Ejecutivo Nacional Del
Instituto Peruano del Deporte

INSTITUTO PERUANO
DEL DEPORTE
(I. P. D.)

Fecha 31/05/89

Nº 103 CED-89

DIRECTORIO REGISTRADO
Fecha 31/5/89

MEMORANDUM

Correspondencia Interna

DE : DIRECTOR DEL CENTRO DE ESTUDIOS DEL DEPORTE

A : DIRECTOR NACIONAL DE DEPORTE DE AFILIADOS

Asunto : REMITO LOS PROYECTOS DE LOS CURSOS DE FISICOCULTURISMO.

Referencia : MEMORANDUM No. 0169-10.00/89

Tengo el agrado de dirigirme a Ud., para elevar los Proyectos de los Cursos solicitados por la Federación Peruana de Físicoculturismo con la finalidad de que se sirva emitir su Informe por cada uno de ellos, y solicitarle tenga a bien hacer de conocimiento de la Dirección Ejecutiva Nacional para su respectiva aprobación, se adjunta proyectos de :

1.- Taller sobre anabólicos y esteroides en el deporte.

2.- Curso de Nutrición aplicada al físicoculturismo.

3.- Curso de Jueces de Físicoculturismo.

Atentamente,

Solicitar aprobación como parte del Plan de Desarrollo y aprobado

CED/RSMM
zrs.

CENTRO DE ESTUDIOS DEL DEPORTE — DIRECCION

RICARDO S. MAREZ MELGAREJO
DIRECTOR

5-6-89

REPUBLICA PERUANA

INSTITUTO PERUANO
DEL DEPORTE

INFORME No. 026 CED-89

A : DIRECTOR EJECUTIVO NACIONAL DEL IPD

DE : DIRECTOR DEL CENTRO DE ESTUDIOS DEL DEPORTE/

ASUNTO : CURSO DE NUTRICION APLICADA AL FISICOCULTURISMO.

REF. : 1.- EXPEDIENTE 2538 FEDERACION PERUANA DE - FISICOCULTURISMO.

2.- MEMORANDUM No.0169-10.00/89

FECHA : LIMA, 31 DE MAYO DE 1,989.

Me es grato dirigirme a su Superior Despacho para hacerle de su conocimiento que la Federación Peruana de Físicoculturismo, ha solicitado la realiza-- ción del Curso de Nutrición Aplicada al Físicocultu-- rismo, actividad que debe ser apoyada por las siguien tes consideraciones :

1.- Es necesario complementar el Curso de actualiza-- ción para entrenadores de Físicoculturismo, desa- rrollado en el mes de Mayo con Asignaturas de im- portancia vital para una mayor adquisición de ca- pacidades físicas del culturista.

2.- Este Curso tendra una duración de 02 semanas con- un total de 40 horas, 04 horas diarias en turno - tarde de Lunes á Viernes.

3.- El Curso será autofinanciado los mismos que serán distribuidos para el pago de expertos en la labo- ración de Separatas y Certificados, otros; debien do iniciar el 21 de Agosto y Culminando el 02 de Setiembre del presente año.

/..

REPUBLICA PERUANA

INSTITUTO PERUANO
DEL DEPORTE

./...

El Curso de Nutrición Aplicada al Físicoculturismo, es de importancia y necesidad urgente, motivo por el que solicito se sirva autorizar la ejecución del mencionado Curso.

Atentamente,

CENTRO DE ESTUDIOS DEL DEPORTE — DIRECCION

RICARDO S. MIREZ MELGAREJO
DIRECTOR

CED/rsMM
zrs.

INSTITUTO PERUANO
DEL DEPORTE

CURSO DE NUTRICION APLICADA

AL CULTURISTA

1.- OBJETIVOS

1.1. Implementar el Sistema Deportivo con personal capacitado para el desarrollo Sistemático de las Actividades Deportivas.

1.2. Actualizar a los participantes en las Modernas técnicas de aplicación de Nutrición al Culturista.

2.- METAS

2.1. Metas de Atención

100 Participantes

2.2. Metas de Ocupación

04 Docentes

3.- DESCRIPCION

3.1. Lugar

Centro de Estudios del Deporte

3.2. Duración

Tendra una duración de Dos (02) semanas -- considerandose un total de 40 horas.

3.3. Horario

Será de 18:00 á 22:00 horas cumpliendo con cuatro (04) horas diarias, en el turno de la tarde.

3.4. Fecha de Inicio

El Curso de Nutrición se iniciará el 21 de Agosto culminando el 02 de Setiembre 1989.

/...

INSTITUTO PERUANO
DEL DEPORTE

./..

4.- RECURSOS

4.1. Humanos

Personal técnico entrenadores de la F.P.F.C debidamente acreditado.

4.2. Financieros

Autofinanciados por cada participante mediante pago de derecho de matrícula.

4.3. Materiales

Centro de Estudios del DEporte.

5.- EVALUACION

Al finalizar el curso se evaluará a cada uno de-los participantes por Asistencia y una prueba -- objetiva.

6.- CERTIFICACION

Se haran acreedor al certificado todos los participantes al curso que hayan alcanzado el 95% de-Asistencia y aprobado la prueba objetiva.

CED/RSMM
zrs.

INSTITUTO PERUANO
DEL DEPORTE

PROGRAMA DEL CURSO DE NUTRICION

APLICADA AL CULTURISTA

CONTENIDO TEMATICO

1.- Generalidades

2.- Concepto sobre vitaminas y minerales

3.- Proteínas carbohidratos y grasas

4.- Diferentes regímenes alimenticios para ganar peso

5.- Diferentes regímenes alimenticios para perder peso

6.- Regimen alimenticios para definición muscular

7.- Suplementos alimenticios - Mito y Realidad

8.- Nutrición y Físicoculturismo en el Perú - Una visión Realista.