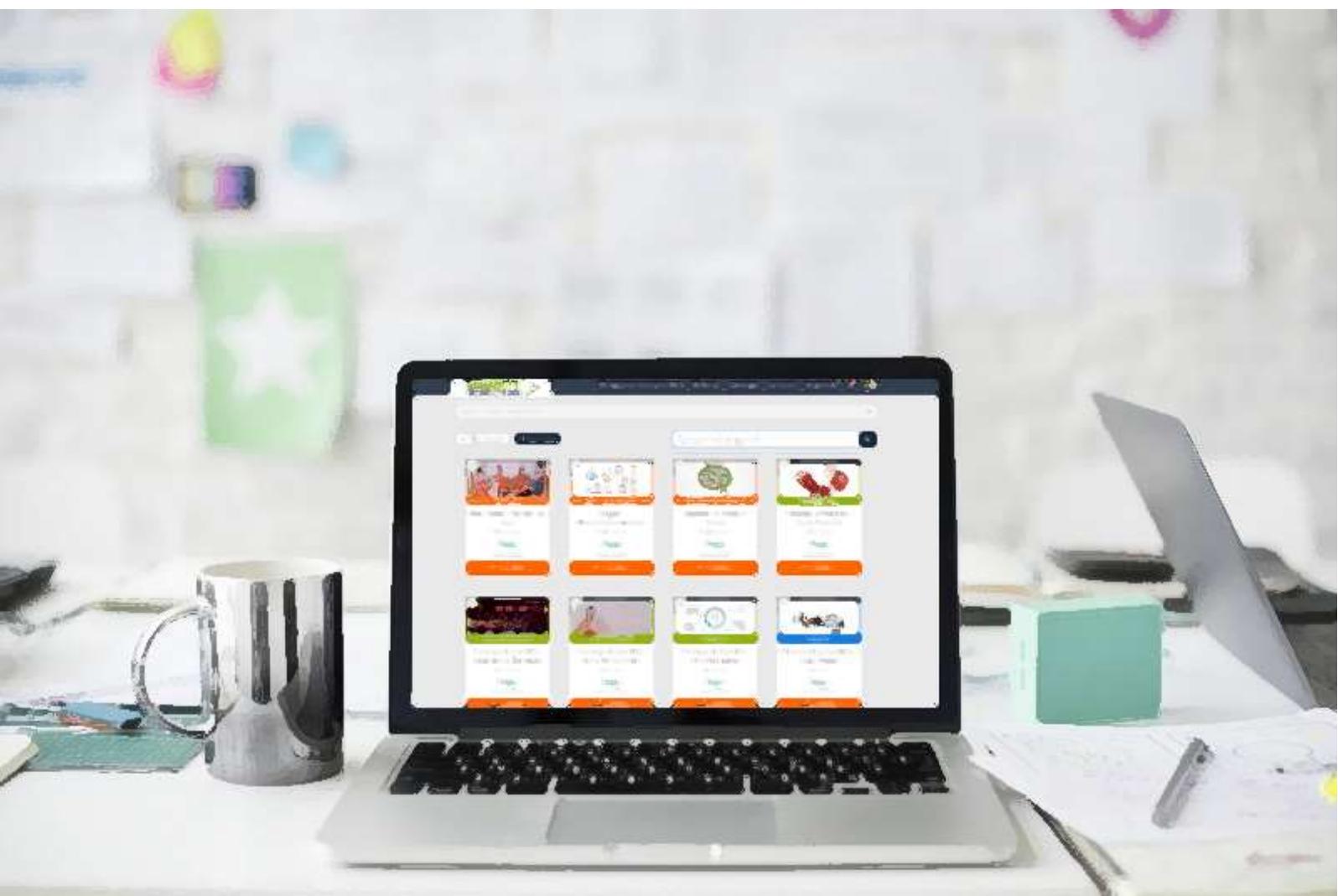




CURSOS ONLINE

Guia explicativo dos Cursos Online do Treino em FOCO





Neste documento você encontrará **diversas informações** a respeito dos **Cursos Online** produzidos pelo Treino em FOCO. Abaixo, deixamos alguns **links importantes** e de fácil acesso para você interagir conosco.

- [Plataforma de Cursos EAD do Treino em FOCO](#)
- [Site do Treino em FOCO](#)
- [Canal do Youtube](#)
- [Instagram Treino em FOCO](#)
- [Instagram do Treino em FOCO Play](#)
- [Instagram Prof. João Moura](#)

WhatsApp
GRUPO VIP

Receba com **exclusividade** promoções e descontos nos **Cursos Online** do TEF

CLIQUE **AQUI**



Clique na imagem acima para se cadastrar na Lista VIP de Promoções, Cupons de Descontos e Lançamentos dos Cursos Online do TEF.

Histórico dos Cursos Online do Treino em FOCO

O Treino em FOCO **começou** a produzir cursos online **em 2013**, sempre buscando **qualificar** e **aperfeiçoar** a produção a cada novo lançamento. Visando oferecer a melhor experiência de ensino-aprendizagem possível aos alunos que investem em sua **formação continuada** conosco!



E desde então já foram mais de **80 cursos** lançados

Mais de **400 horas** de vídeo aulas produzidas

Mais de **7.000 alunos** investindo em suas carreiras

- Você pensa em fazer um **curso online** do Treino em FOCO?

- Tem algum **receio ou objeção** para realizar um curso EAD?

Então confira as informações contidas neste documento para auxiliar você na **tomada de decisão** em dar um passo adiante na sua carreira

CURSOS DE QUALIFICAÇÃO PROFISSIONAL

Os cursos de Qualificação Profissional são os cursos aprofundados e com temas mais amplos com carga horária maior dentro do Academy TEF. Tendo cursos entre 8 até 40 horas de conteúdo em vídeo aulas.

Confira a relação dos principais [Cursos de Qualificação](#) que oferecemos. [CLIQUE PARA CONFERIR A RELAÇÃO DE 12 CURSOS DISPONÍVEIS](#)



Objetivo acadêmico dos nossos Cursos

Como você pode ter visto nas imagens dos principais cursos acima, são cursos com temas extremamente relevantes onde são apresentadas informações **científicas**, em muitos cursos com diversas aplicações práticas. Buscando sempre apresentar e **criar linhas de raciocínio**.

Nosso principal objetivo com todos nossos cursos é dar autonomia cognitiva e intelectual aos nossos alunos, para que passem pelo processo de estudo dos conteúdos através de uma **jornada de construção de conhecimento**.

Principais Benefícios

Cursos Comprados individualmente

- Conteúdo do curso disponível em **vídeo aulas**
- **Acesso** ilimitado ao conteúdo **durante 2 ano**
- Ensino 3D - Conteúdo Didático, Dinâmico e Divertido
- Certificado de conclusão Gratuito (Avaliação Final)
- Download do **Material Didático** (PDF) e artigos científicos
- Aulas disponíveis de forma gravada, total **autonomia de estudo**

DÚVIDAS? CLIQUE AQUI

**CLIQUE AQUI E CONVERSE COM NOSSO SUPORTE
WHATS (47) 99903-6175**

Principais dúvidas sobre os Cursos de Qualificação Profissional

✓ **Tenho que entrar em um horário específico para estudar?**

Não! As aulas são disponibilizadas de forma gravada, deste modo, você tem total autonomia de estudo, podendo assistir quantas vezes desejar, nos horários e dias que desejar dentro do prazo de acesso de 1 ano.

✓ **Após comprar o curso, quando posso começar a estudar?**

A liberação de acesso ao curso é imediata após aprovação do pagamento, em pagamentos com cartão é instantânea, com boleto, é na manhã seguinte ao dia do pagamento. Não é necessário aguardar turma, você terá total autonomia de estudo conforme suas condições de tempo.

✓ **Qual o tipo de conteúdo dos cursos? Texto? Vídeo?**

Os cursos são todos em vídeo aulas de fundamentação teórica/científica e aplicações/demonstrações práticas.

✓ Quais são as formas de pagamento?

Os cursos de Qualificação Profissional podem ser comprados separadamente ou em combos, tendo como opção de pagamento Pix ou Boleto (À vista) e o cartão de crédito à vista ou parcelado em até 12x com taxa de 1,71% a.m.

✓ Tem certificado? É válido como carga horária complementar?

Sim, todos os cursos em certificado que são **conquistados** através de uma **avaliação final** em cada curso. E os certificados são emitidos em PDF e enviados por email, contendo todos dados necessários para que sejam convalidados como horas complementares na faculdade

✓ Tem um Pacote de assinatura que libera todos cursos?

Sim, para quem deseja investir em toda grade de cursos do Academy TEF nós temos a disposição os planos de assinatura **Treino em FOCO Plus**. Que libera no usuário todos cursos de Qualificação Profissional + Todos cursos do TEF Play

Mais abaixo neste documento tem maiores detalhes sobre os planos de assinatura TEF Play e TEF Plus

Depoimentos de alunos que já fizeram nossos cursos de Qualificação



Marco Alexandre de Souza

“ Curso muito bem Organizado e pensado, partindo dos princípios básicos do treinamento, explicando sobre repetições excêntricas e concêntricas, parciais ou não, e ou, em que amplitude fazer, qual amplitude gera mais torque. Para após isso iniciar as explicações sobre os sistemas. Para quem já sabe é só aumentar a velocidade, mas acredito que quem possui maior dificuldade ou não compreende muito bem o assunto pode ter entendido com clareza. Ao final do curso o professor mostrando os modos de aplicar foi bem interessante também, juntamente com a planilha com as formulas de controle de FC, ficou Show. Agradecer aos momentos de comédia, e que por sinal não foram poucos kkkkkkk, puderam ensinar de forma mais descontraída, achei top mesmo, parabéns á equipe! ”



Sistemas de Treino - Do Básico ao Avançado

★★★★★ Baseado em 80 avaliações

549	Alunos matriculados
30	Horas de duração
152	Aulas
13	Módulos
1	Avaliação



Wendel Fantine de Sá

“ Nota 10!!! Professor Dr. João Moura é muito dinâmico e objetivo, poi ele proporciona ao aluno que aprenda com GRANDE facilidade! Muito obrigado, este é meu primeiro curso de muitos que virão... ”



Estratégias de Emagrecimento

★★★★★ Baseado em 66 avaliações

520	Alunos matriculados
14	Horas de duração
17	Aulas



Joel Edmar Urbano

“ Boa noite!!! É o primeiro curso online que faço, e me arrependo de não ter feito antes, a didática é excelente, aproveitei cem por cento do curso!!! Parabéns, e com toda certeza vou fazer muito mais!! ”



Biomecânica e Cinesiologia Aplicadas ao TRP

★★★★★ Baseado em 175 avaliações

933	Alunos matriculados
-----	---------------------



Renan Heinz

“ Nenhum segundo perdido assistindo as aulas. Caderninho a mão, muitas pausas e revisões pois o conteúdo é ótimo. Levando e conhecendo esses detalhes nossas aulas podem e vão melhorar muito a qualidade dos treinos, nos trazendo mais confiança para ensinar as técnicas e credibilidade com nossos alunos! Parabéns a toda equipe TF e XTF! ”



Treinamento Funcional - Movimentos Básicos e Calistenia

★★★★★ Baseado em 78 avaliações

477 Alunos matriculados

17 Horas de duração



RONALDO OLIVEIRA DE ASSIS

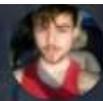
“ Só posso tecer elogios à elaboração desse curso pelo Treino em Foco e XTF. As informações foram bastante esclarecedoras e de fácil entendimento. Estou muito satisfeito e com mais conhecimento para aplicar em minhas aulas na academia. Obrigado pelo empenho de vocês. ”



Treinamento Funcional - Movimentos Básicos e Calistenia

★★★★★ Baseado em 78 avaliações

477 Alunos matriculados



Guilherme Ugoski

“ Show, curso muito bem feito pelo professor João, todo cuidado na transmissão do conteúdo da melhor forma possível, sempre um grande mestre, aprendi muitas coisas interessantes que nem imaginava que existia, quanto mais aprendemos mais vemos que não sabemos nada kk, obrigado pelo conhecimento transmitido, e vamos evoluindo sempre! Abraço e parabéns a toda equipe do Treino em foco, irei fazer mais cursos com vocês isso é certo haha! ”



Biomecânica e Cinesiologia Aplicadas ao TRP

★★★★★ Baseado em 175 avaliações

933 Alunos matriculados

17 Horas de duração

34 Aulas



Luan Davi de Alcantara

“ primeiramente agradeço ao professor João moura , por ter me ajudado durante a minha graduação e após, tudo o que eu sei sobre avaliação física devo aos meus esforços e a seus ensinamentos. e por segundo ao grupo TREINO EM FOCO, por todo o suporte durante esse curso. EXCELENTE CURSO, RECOMENDO A QUEM PROCURAR AJUDAR OS SEUS ALUNOS. ”



Estratégias de Emagrecimento

★★★★★ Baseado em 66 avaliações

520 Alunos matriculados

14 Horas de duração

17 Aulas

Formação Continuada para Personal Trainer

O Treino em FOCO Play é um formato de **assinatura recorrente** estilo Netflix para cursos pontuais e aprofundados em temas específicos. Como por exemplo **Intervalo de Descanso**, Mecânica da Contração Muscular, Volume de Carga, **Agachamento Parcial x Afundo**.

- Tem **pouco tempo** para estudar?
- **Dificuldade** em Fisiologia? **Prescrição**? Artigos Científicos?
- Quer se manter em formação continuada?
- Não quer ter trabalho de **filtrar os conteúdos** para estudo?
- Deseja se destacar como Personal Trainer?



O Treino em FOCO Play pode ser a **solução** para todas perguntas acima, através de cursos de conteúdos base como Fisiologia do Exercício, Iniciação Científica, Gestão Financeira, Dissecação de Exercícios e muitas outras categorias de cursos.

O Principal objetivo do TEF Play é contribuir com os alunos que querem **se manter em formação continuada** e tem pouco tempo para estudo, ou prefere estudar pontualmente cada tema de forma aprofundada e que desejam seguir a carreira de **Personal Trainer**.

Principais Benefícios - TEF Play

- Conteúdo do curso disponível em **vídeo aulas**
- Cursos de 1 a 5 horas de conteúdo
- Acesso **ilimitado** ao conteúdo tendo a assinatura **ativa**
- Ensino 3D - Conteúdo Didático, Dinâmico e Divertido
- Certificado de conclusão Gratuito
- Download do **Material Didático** (PDF) e artigos científicos
- Aulas disponíveis de forma gravada, total **autonomia de estudo**
- Novos cursos liberados todos mês

Clique na imagem abaixo e confira a relação dos Cursos disponíveis no TEF Play



Assista as aulas Demonstrativas do Play

Clique nas imagens abaixo e assista as aulas demonstrativas de 3 diferentes cursos gratuitamente para ter uma **experiência** do nosso **modelo de ensino** e padrão didático e visual das nossas vídeo aulas.



Planos de Assinatura

Temos a opção de assinatura [Mensal](#) e [Anual](#) para o TEF PLAY.

No **Plano mensal** é possível pagar por **Pix, Boleto ou Cartão mensalmente**, e pode ser cancelado de um mês para o outro.

No **Plano anual** é possível pagar por Pix ou boleto à vista (*a anuidade*) ou no **cartão de crédito parcelado** em até 12x sem juros. Sendo possível cancelar a assinatura apenas na conclusão dos 12 meses.

Clique nas imagens abaixo e **confira os planos** e a relação de cursos



[Clique aqui e confira todos os Cursos disponíveis no Play](#)

Plano de Assinatura TEF Plus



Temos o Plano de Assinatura **TEF Plus**, que **libera os cursos** de [Qualificação Profissional](#) e também os cursos do [Treino em FOCO Play](#).

Nesta modalidade de assinatura tem a opção dos planos **Mensal** e **Anual**, tendo **carência de 12 meses** no plano anual e **sem carência no mensal**.

O Acesso tanto aos cursos de Qualificação quanto os cursos do Play é liberado enquanto estiver com a assinatura ativa. A possibilidade de **Cancelamento da assinatura** é conforme o Plano.

O **pagamento por boleto ou Pix** é à vista no Anual. É possível **pagar no cartão** de crédito e parcelar em até 12x sem juros.

O Plus mensal é recorrente, não utiliza do limite do cartão e pode ser pago por Pix, Boleto ou Cartão de Crédito

Sobre Cancelamentos de Assinatura!

Se você contrata a assinatura Mensal, o Cancelamento pode ser feito de um mês para outro. Já no plano Anual, a carência é de 12 meses.

Por exemplo, ao contratar a assinatura anual, e desejar cancelar no 5º mês, o cancelamento será efetivado na renovação do plano ao completar 12 meses.

