



✉ estebanaguilaruaem@gmail.com

9983041834

Educación

- **Universidad Autónoma del Estado de Morelos. (UAEM)**
Lic, Ciencias Aplicadas al Deporte, Titulo
2018 - 2021
- **Universidad Autónoma del Estado de Morelos. (UAEM)**
Modificación de la composición corporal,
Diplomado
2021 - 2022
- **International Society for the advancement of kinanthropometry. (ISAK)**
Nivel 1 Antropometrista,
Certificado
2022 - 2022
- **Colegio Mexicano de Entrenadores físicos.**
Entrenador de Pesas,
Certificado
Sep 2020 - Diciembre 2020

Tech & Tools

- Word
- Kinovea
- Excel

Metodologías

- Sistemas hit
- Hipertrofia
- Entrenamiento Funcional

Idiomas

- Español - Nativo
- Inglés - B2

Esteban Emilio Aguilar

Entrenador deportivo de alto rendimiento

Como entrenador físico con amplia experiencia en la preparación de atletas de alto rendimiento, me destaco como un profesional altamente calificado en el diseño y aplicación de programas de entrenamiento deportivo eficaces. Mi enfoque se centra en la consecución de metas y objetivos institucionales, demostrando una habilidad excepcional para optimizar el rendimiento de los atletas a través de métodos innovadores y personalizados. Mi compromiso con la excelencia y mi capacidad para adaptarme a las necesidades específicas de cada individuo o equipo me han permitido obtener resultados consistentes y alcanzar niveles óptimos de rendimiento.

Experiencia laboral

Entrenador de Gimnasia en Alter Family Sport Center

Actual | Morelos, México

Entrenador en Planet Fitness

Abril 2022 - 2024 | Morelos, México

Entrenador de piso en Club Coral

Enero 2022 - Abril 2022 | Morelos, México

Profesor de natación y EP en Star Fitness

Marzo 2016 - Enero 2018 | Morelos, Mexico

Profesor de natación y EP en Sport life

Enero 2014 - Julio 2015 | Cancún Quintana Roo, México

Profesor de natacion en Spirit 2

Enero 2013 - Enero 2014 | Cancún Quintana Roo, Mexico

Soft Skills

- Adaptabilidad
- Trabajo en equipo
- Gestión de tiempo
- Empatía
- Atención al cliente
- Toma de decisiones