





***“Transforma tu conocimiento en un curso o reto digital rentable”***

 Nombre del participante: \_\_\_\_\_

 Fecha de inicio: \_\_\_\_\_


## BIENVENIDO AL BOOTCAMP AMED 4D

 *Un entrenamiento intensivo de 4 días donde aprenderás a transformar tu experiencia deportiva en un curso digital rentable.*

Durante este recorrido descubrirás:

- Qué conocimiento puedes convertir en un curso.
- Cómo darle forma y estructura.
- Cómo crear tu primer prototipo digital.
- Y cómo convertirlo en un negocio real.

Este cuadernillo te acompañará con ejercicios, tareas y reflexiones.

 Completa tus tareas diarias y comparte tus avances con el hashtag **#BootcampAMED4D**.

## **CLASE 1: La Gran Oportunidad Digital: Vende tu conocimiento, no tu tiempo**



 **Link de la clase:**

<https://app.amedweb.com/funnel/clases-bootcamp-amed-4d/clase-1/>

---

### **ÍNDICE**

- 1 **Introducción**
  - 2 **Objetivos de la clase**
  - 3 **Información clave**
  - 4 **Actividades de aprendizaje**
  - 5 **Espacio para reflexiones**
  - 6 **Tarea para constancia**
-

## 1 INTRODUCCIÓN

👋 Bienvenido/a al *Bootcamp AMED 4D*.

Este cuadernillo te acompañará durante los 4 días del entrenamiento, ayudándote a identificar tu conocimiento valioso, estructurarlo, transformarlo en un producto digital y prepararte para lanzar tu primer curso o reto online con el método probado de AMED.

### 🎯 Propósito del Día 1:

Descubrir qué conocimiento tienes que otras personas desean aprender, identificar a quién puedes ayudar y qué problema puedes resolver con tu experiencia deportiva o profesional.

---

## 2 OBJETIVOS DEL DÍA 1

- 🎯 Identificar qué tema puedes convertir en curso digital.
  - 🎯 Reconocer a qué público puedes ayudar.
  - 🎯 Definir el problema que puedes resolver.
  - 🎯 Entender el valor de tu historia y tu experiencia.
- 

## 3 INFORMACIÓN CLAVE

### 🧠 3.1. Tu conocimiento tiene valor

Todos tenemos un conocimiento, habilidad, proceso, experiencia o historia que puede convertirse en un curso digital rentable.

Ejemplos:

- 💪 Entrenamiento funcional
- 🥗 Nutrición deportiva
- 🏋️ Programación de fuerza
- 🏃 Corrección de técnica
- 🧘 Movilidad y flexibilidad
- 🏁 Preparación para carreras
- ⚽ Entrenamiento para niños
- 🏋️ Acondicionamiento para adultos mayores

Cualquier otro conocimiento que soluciones un problema a un grupo de personas

---

## 4 ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

### 📝 4.1 Reflexión inicial

? ¿Qué tema o habilidad dominas que podría convertirse en un curso?

✎ R: \_\_\_\_\_

? ¿A quién podrías ayudar con ese conocimiento?

✎ R: \_\_\_\_\_

? ¿Qué problema podrías ayudarles a resolver?

✎ R: \_\_\_\_\_

? ¿Por qué ese tema te apasiona tanto?

✎ R: \_\_\_\_\_

---

## 5 ESPACIO PARA REFLEXIONES

? ¿Qué descubriste sobre tu propio conocimiento que no habías considerado antes, escribe tres?

✎ \_\_\_\_\_

---

## 6 TAREA PARA CONSTANCIA

📸 Publica en redes sociales:

"Hoy descubrí que mi conocimiento tiene valor 💪 y puedo ayudar a otros con él"  
[#BootcampAMED4D @amedoficial](#)

✎ **Escribe 3 aprendizajes clave de la clase 1 en el posteo de Facebook o en Instagram:**

🔗 <https://www.facebook.com/share/p/1G2nokhrNU/>

🔗 <https://www.instagram.com/p/DTbvtDqjKky/?igsh=c3F2aG1xOGFpODFi>

✉ **Responde las preguntas del formulario antes de las 10:00 AM del jueves, dale click al**

link:

<https://forms.gle/CQy5YvecFERCNLEj6>

---

## **CLASE 2: El Camino del Creador: Cómo convertir tu conocimiento en un curso estructurado**



 **Link de la clase:**

<https://app.amedweb.com/funnel/clases-bootcamp-amed-4d/clase-2/>

---

### ÍNDICE

- 1 Introducción
  - 2 Objetivos de la clase
  - 3 Información clave
  - 4 Actividades de aprendizaje
  - 5 Espacio para reflexiones
  - 6 Tarea para constancia
- 

## 1 INTRODUCCIÓN

Hoy entenderás cómo transformar tu conocimiento en un curso digital claro, atractivo y funcional, utilizando la metodología base de todo creador digital.

---

## 2 OBJETIVOS DEL DÍA 2

- 🎯 Definir tu promesa principal.
  - 🎯 Determinar a tu público objetivo.
  - 🎯 Crear la estructura base de tu curso.
- 

## 3 INFORMACIÓN CLAVE

### 🎯 3.1 La promesa del curso

Tu promesa responde a:

- 👉 *A quién vas a ayudar (público objetivo)*
- 👉 *Qué transformación tendrá la persona (resultados deseados)*
- 👉 *En cuánto tiempo*
- 👉 *A través de qué metodología o de tu conocimiento*

Ejemplo profesional usando esta fórmula:

“Ayudo a **[público objetivo]** a lograr **[resultado deseado]** en **[tiempo definido]** a través de **[tu conocimiento o metodología].**”

“Ayudo a entrenadores principiantes a diseñar sus primeras rutinas completas en 10 días con una metodología simple y clara.”

---

### 🧩 3.2 Estructura de tu curso

Un buen curso se compone de módulos. Cada módulo cumple una función dentro de la transformación.

Plantilla base:

- Módulo 1: Fundamentos
- Módulo 2: Herramientas
- Módulo 3: Método

- Módulo 4: Aplicación
- Módulo 5: Resultados

---

## 4 ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

### Ejercicio de la promesa

"Ayudo a [público objetivo] a lograr [resultado deseado] en [tiempo definido] a través de [tu conocimiento o metodologial]."




-----

### Plantilla del curso

Módulo	Título	Qué aprenderán tus alumnos
1		
2		
3		
4		

---

## 5 ESPACIO PARA REFLEXIONES

 ¿Qué te gustó más del proceso de estructurar tu curso?



-----

## 6 TAREA PARA CONSTANCIA

📷 Comparte en redes:

“Hoy estructuré la base de mi primer curso digital con el Bootcamp AMED 4D” 🖥️💪  
[#BootcampAMED4D](#) @amedoficial

📝 Escribe 3 aprendizajes clave de la clase 2 en el posteo de Facebook o en Instagram.

🔗 <https://www.facebook.com/share/p/17dM8Weirg/>

🔗 <https://www.instagram.com/p/DTbvMkGjJoU/?igsh=MXhzMmpnaW1meDZkMg==>

✉️ Responde las preguntas del formulario antes de las 10:00 AM del jueves, dale click al link:

🔗 <https://forms.gle/S7mdRt9MJiMwbLs77>

## ➡️ 📱 CLASE 3: De la idea a la acción: Crea tu primer prototipo digital



🔗 Link de la clase:

<https://app.amedweb.com/funnel/clases-bootcamp-amed-4d/clase-3/>

## 📄 ÍNDICE

1 Introducción

2 Objetivos de la clase

- 3 Información clave
  - 4 Actividades de aprendizaje
  - 5 Espacio para reflexiones
  - 6 Tarea para constancia
- 

## 1 INTRODUCCIÓN

Bienvenido al Día 3 del Bootcamp AMED 4D.

Hoy transformarás tu idea en tu **primer prototipo digital (PMV)**.

Este paso te permite convertir tu curso en algo real, probando tu estructura antes de producirlo por completo.

Crearás la primera versión de tu curso digital para validar tu contenido, identificar áreas de mejora y comenzar a visualizar tu lanzamiento.

---

## 2 OBJETIVOS DEL DÍA 3

- 🎯 Crear tu primer prototipo digital (PMV).
  - 🎯 Definir los módulos iniciales del curso.
  - 🎯 Elegir los formatos en los que entregarás el contenido (video, PDF, audio, reto, etc.).
  - 🎯 Comprender cómo funciona un producto mínimo viable digital.
- 

## 3 INFORMACIÓN CLAVE

### 🌱 3.1 ¿Qué es un PMV (Producto Mínimo Viable)?

Es la versión más rápida, simple y funcional de tu curso que puedes crear para probar tu idea y ver si tu público realmente lo quiere.

### 🎬 3.2 Tipos de formatos para tu curso

- 📺 Video
- 📄 PDF
- 🎧 Audio
- 💻 Clase por Zoom
- 👏 Comunidad
- 🏆 Reto guiado

### 🔥 3.3 ¿Qué debe tener tu prototipo?

- ✓ Contenido claro y directo
- ✓ Enfoque en resolver un problema

- ✓ Módulos con títulos sencillos
  - ✓ Formato rápido de producir
  - ✓ Al menos 1 resultado visible para el alumno
- 

## 4 ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

### 4.1 Definición de tu prototipo

Define los primeros módulos o temas que enseñarías y cómo los presentarías.

#### Plantilla de PMV

Módulo	Título	Formato	Resultado esperado
1			
2			


---

## 5 ESPACIO PARA REFLEXIONES

? ¿Qué descubriste al crear tu primer prototipo digital?

 .....

? ¿Qué parte te fue más fácil y cuál más difícil?


 .....

---

## 6 TAREA PARA CONSTANCIA

 Comparte en redes:

Hoy creé el primer prototipo de mi curso digital gracias al Bootcamp AMED 4D    
#BootcampAMED4D @amedoficial

 Escribe 3 aprendizajes clave de la clase 3 en el posteo de Facebook o en Instagram.

 <https://www.facebook.com/share/p/17bbKwiyWf/>

 <https://www.instagram.com/p/DTbuoJ7jKN1/?igsh=MXd3bW8yY2F6eHJscg==>

 Responde las preguntas del formulario antes de las 10:00 AM del jueves, dale click al link:

 <https://forms.gle/1WBW6DDisaEpJ7CR7>

---

## CLASE 4: Tu siguiente paso: El Método AMED para lanzar tu curso rentable



 Link de la clase:

<https://app.amedweb.com/funnel/clases-bootcamp-amed-4d/clase-4/>

---

### ÍNDICE

- 1 Introducción
- 2 Objetivos de la clase

- 3 Información clave
  - 4 Actividades de aprendizaje
  - 5 Espacio para reflexiones
- 

## 1 INTRODUCCIÓN




Llegaste al último día del Bootcamp AMED 4D.

Hoy conocerás el Método AMED, la metodología paso a paso probada para lanzar tu curso digital rentable.

Este día está diseñado para que entiendas el camino completo desde tu conocimiento → curso digital → prototipo → lanzamiento.

---

## 2 OBJETIVOS DEL DÍA 4

-  Conocer el Método AMED para lanzar un curso digital.
  -  Entender las etapas de un lanzamiento digital rentable.
  -  Tener claridad sobre tu siguiente paso como creador digital.
- 

## 3 INFORMACIÓN CLAVE

### 3.1 ¿Qué es el Método AMED?

Es un sistema diseñado para ayudarte a convertir tu experiencia deportiva o profesional en un curso digital rentable, incluso si nunca has lanzado nada antes.

### 3.2 Etapas del Método AMED

- 1 Identificación de tu conocimiento valioso
- 2 Creación de tu promesa
- 3 Estructura base del curso
- 4 Creación del PMV
- 5 Preparación del lanzamiento
- 6 Ejecución del lanzamiento
- 7 Optimización y escalamiento

### 3.3 ¿Por qué funciona?

- ✓ Es simple
- ✓ Es repetible

- ✓ Está diseñado para instructores, entrenadores y deportistas
  - ✓ Ha sido probado por AMED durante años
  - ✓ Se adapta a cualquier tema del mundo fitness, del deporte , incluso de cualquier industria
- 

## 4 ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

### 4.1 Reflexión de cierre

? ¿Qué parte del Método AMED te emociona más aplicar?



-----

? Después de estos 4 días, ¿cuál será tu siguiente paso?



-----

---

## 5 ESPACIO PARA REFLEXIONES



-----



-----




-----

---

## 6 TAREA PARA CONSTANCIA

 Comparte en redes:

**Hoy tomaré la decisión de seguirme preparando con el Bootcamp AMED 4D**    
[#BootcampAMED4D @amedoficial](#)

 **Escribe 3 aprendizajes clave de la clase 3 en el posteo de Facebook o en Instagram.**

 <https://www.facebook.com/share/p/17iT8V75Bz/>

 <https://www.instagram.com/p/DTbuHgEDHky/?igsh=MTNsYm5ydWNkc2Vkdw==>

✉ Responde las preguntas del formulario antes de las 10:00 AM del jueves, dale click al link:

🔗 <https://forms.gle/c3HEymgAg1PZrA5n7>

🎉 **¡Felicidades por llegar a la Clase 4!**

🎁 10 prompts de regalo por haber participado en este evento, descárgalos aquí:  
<https://docs.google.com/document/d/1BNiy5hv47V4Wjor7LIWptt2cFpIhiB1cAhQdo3qdnfg/edit?usp=sharing> 🎁

**NOTA ESPECIAL: Sorpresa para los asistentes en la Clase 4 🎁**