



**lingofit**<sup>®</sup>  
GIMNASIO DE LENGUAS

**PLANES DE —**  
**ENTRENAMIENTO**



# PLANES DE ENTRENAMIENTO

---

## PREPARACIÓN EXAMEN

No te dejes intimidar por esa prueba de competencias; si ya tienes un buen nivel de inglés, sólo necesitas trabajar en la estrategia adecuada y preparar tu estómago para contener tus nervios.

Nuestros Planes de Entrenamiento Preparación de Examen proporcionarán los elementos necesarios para la familiarización en cada una de las partes del examen de interés, bien sean IELTS, TOEFL, APTIS, MET, TOEIC o el examen interno de suficiencia proveído por una universidad en particular. Adicionalmente, se promoverá el desarrollo de disciplina y técnicas de aprendizaje adecuadas que les permitan a los usuarios seguir construyendo conocimiento de manera autónoma.

- Un plan de preparación tiene una duración de 4 semanas.
- Cada plan consta de 20 sesiones de entrenamiento (8 asistidas + 8 independientes + 4 checks).
- Se realiza 5 sesiones por semana (2 asistidas + 3 independientes).
- Cada sesión tomará 60 minutos en promedio.

Competencias del plan:

- Lectora
- Auditiva
- Escrita
- Oral

\*Familiarización con las diferentes partes del examen; estrategias para el desarrollo de cada tipo de actividad y ejercicios prácticos.

# UN MODELO ESPECIAL

## SESIONES ASISTIDAS Y SESIONES INDEPENDIENTES

Lingofit otorga un perfil personal a todos sus usuarios, el cual les permite acceder al gimnasio (aplicativo web). Allí, se cargarán automáticamente cada una de las sesiones del plan de entrenamiento y se almacenarán los progresos, apuntes y promedios de cada usuario de manera individual. Hay dos tipos de sesiones durante el plan. Las sesiones asistidas toman lugar dos veces por semana (lunes y miércoles; martes y jueves; o miércoles y viernes), en donde uno de nuestros instructores visitará a (o se conectará por video llamada con) su(s) usuario(s) para realizar conjuntamente en el gimnasio (aplicación web Lingofit) la sesión de entrenamiento programada para ese día en particular. En las sesiones independientes (tres veces por semana, en días intermedios a las sesiones asistidas) el usuario realizará las sesiones en el gimnasio de manera individual. Allí, consolidará y amplificará los conocimientos expuestos en las sesiones asistidas. Claro está, siempre estaremos al tanto de su desempeño. Para el desarrollo de todas las sesiones se requiere un dispositivo (smartphone, tablet, laptop o computador de escritorio) con acceso a internet (con una velocidad mínima de 5 megabytes). Recomendamos como explorador: Safari si tienes dispositivos IOS; Google Chrome si son Android o Windows.

Lingofit, como servicio de educación informal y por ofrecer cursos de una duración inferior a ciento sesenta (160) horas, hace claridad que sus planes de entrenamiento no apuntan a la obtención de un certificado de conocimientos académicos; más sí a la expedición de una constancia de asistencia (Ley 1075 de 2015, art. 2.6.6.8).

Conoce más acerca de nuestras Políticas de Prestación de Servicio [aquí](#).





# lingofit<sup>®</sup>

GIMNASIO DE LENGUAS



@lingofit.com.co



lingofit.com.co

LINGOFIT - GIMNASIO DE LENGUAS | [www.lingofit.com.co](http://www.lingofit.com.co) | [info@lingofit.com.co](mailto:info@lingofit.com.co) | +57 313 6686719

Oficina Administrativa CL 44 N° 94-22 INT 106 | Medellín, Colombia

