

Primera edición 2 alumnos 4 docentes 24 Horas cátedra 1 módulo 2 certificados 4 avales científicos

¿Cómo Mejorar la Gestión del Entrenamiento, Riesgo Lesional y Monitoreo de Carga?

Organiza: +Trainer

INICIO
9 DE AGOSTO DE 2023

FIN DE INSCRIPCIONES
22 DE SEPTIEMBRE DE 2023

MODALIDAD
100% ONLINE

IDIOMA
EN ESPAÑOL

SINCRONICIDAD
100% LIVE LEARNING

CAMPUS VIRTUAL
LMS PROPIO

Presentación

¿Cómo mejorar la gestión del entrenamiento, riesgo lesional y del control/monitoreo de carga?

Esta es una de las preguntas que se hacen diariamente los profesionales relacionados al entrenamiento, preparación física y la prevención de lesiones.

En este sentido, algunas de las principales cuestiones a resolver están en relación al cómo gestionar el entrenamiento de fuerza en deportistas, el entrenamiento de resistencia intermitente de alta intensidad (HIIT), los programas preventivos de lesiones, y el control/monitoreo de la carga de entrenamiento en el deporte.

Así es que el objetivo principal de este curso es dar respuestas concretas, válidas y prácticas a través de 4 asignaturas en las que se brindarán procedimientos y herramientas que ayuden a los profesionales en sus contextos de desempeño profesional.

Las 4 asignaturas responden a los siguientes interrogantes:

- ¿Cómo entrenar la fuerza para mejorar el rendimiento deportivo?
- ¿Cómo diseñar entrenamientos de resistencia intermitente en deportistas?
- ¿Cómo diseñar y ejecutar un programa preventivo de lesiones de manera eficiente?
- ¿Cómo gestionar el control y monitoreo de carga de entrenamiento interna subjetiva?

El desarrollo del presente curso será llevado a cabo por profesionales de reconocida trayectoria en diversos ámbitos de entrenamiento y prevención de lesiones, y estará organizado y certificado por el Instituto Internacional de Ciencias del Ejercicio Físico y la Salud (IICEFS) y +10 Capacitaciones, con el aval de G-SE y otras instituciones reconocidas internacionalmente.

Docentes



LUCAS EDUARDO PEREIRA THIEM
UNCa
Entrenamiento y evaluación de la fuerza.



Marcos A Abrutsky
Universidad Nacional de Córdoba.
Prof. Ed. Física; Lic. Kinesiología y Fisioterapia. Readaptador físico deportivo.



Fernando Gallo



Mauricio Moyano
Preparador Físico y Docente Universitario.
Entrenamiento Deportivo.

Precios, Descuentos y más

MAS INFORMACION

¿Todo listo?

INICIAR INSCRIPCION

Contenidos

Módulo 1

24 horas cátedra | Comienza: 9 de agosto de 2023 | Termina: 27 de septiembre de 2023

Asignaturas:

¿Cómo entrenar la fuerza para mejorar el rendimiento deportivo?

Lic. LUCAS EDUARDO PEREIRA THIEM.

Análisis del deporte/deportista y determinación de objetivos

Criterios de selección de ejercicios para mejorar la fuerza en el deporte

Métodos de entrenamiento de la fuerza

¿Cómo evaluar y diseñar un entrenamiento para la mejora de la resistencia intermitente en fútbol?

Fernando Gallo.

Dinámica intermitente de los esfuerzos en el fútbol.

Análisis de las demandas del rendimiento en los futbolistas.

Herramienta de vigilancia de la resistencia intermitente (Evaluación).

Formatos de entrenamiento (Métodos) intermitente.

¿Cómo diseñar y ejecutar un programa preventivo de lesiones de manera eficiente?

Lic. Marcos A Abrutsky.

Movimiento efectivo - Eficiencia neuromuscular - Disfunción de movimiento y

lesiones - Principales lesiones.

Modelos de intervención preventiva tradicionales: biomecánico y epidemiológico -

Modelos actuales de intervención preventiva - Intervención en prevención con lesión

previa.

Diseño de un programa preventivo - selección de contenidos - introducción del

programa en la periodización.

¿Cómo gestionar el control y monitoreo de carga de entrenamiento interna subjetiva?

Mauricio Moyano, MSc.

Carga de entrenamiento: externa-interna-objetiva-subjetiva.

Monitoreo de la carga de trabajo en el deporte.

Utilidad del control y monitoreo de carga interna subjetiva en el deporte.

Variables e índices derivados del control y monitoreo de carga interna.

Relación del control de carga interna con rendimiento deportivo y riesgo lesional.

Formas de pago locales en todo el mundo

Tarjetas de crédito o débito internacionales y locales en 12 países de Latinoamérica y España, PayPal, Depósitos o transferencias bancarias en España, Argentina, Estados Unidos, Mexico y Uruguay, MercadoPago, Rapipago, Pago Fácil, PagoMiel, Servipag, Sencillito, Webpay, Multicaja, Babito, Pagos Seguros en Línea (PSE), SafetyPay, OXXO, SPEI, y PagosNetwork.

Más información

Organizador

+Trainer

Nuestros programas de capacitación están diseñados para brindar a los profesionales de las ciencias del ejercicio las habilidades y el conocimiento necesario para destacarse en un mercado laboral competitivo. Contamos con experiencia en la docencia y en el campo deportivo, lo que nos permite ofrecer un enfoque integral en la formación de nuestros estudiantes. Creemos en la importancia de mantenerse actualizado con las últimas tendencias y avances en la industria del ejercicio, por lo que nos esforzamos por ofrecer a nuestros estudiantes acceso a la información más actualizada y relevante.

Destinado a:

- Profesores de Educación Física
- Estudiantes de Educación Física
- Entrenadores
- Preparadores físicos
- Deportistas
- Kinesiólogos y Fisioterapeutas
- Estudiantes de kinesiología y fisioterapia

Descripción

¿Cómo mejorar la gestión del entrenamiento, riesgo lesional y del control/monitoreo de carga?

Esta es una de las preguntas que se hacen diariamente los profesionales relacionados al entrenamiento, preparación física y la prevención de lesiones.

En este sentido, algunas de las principales cuestiones a resolver están en relación al cómo gestionar el entrenamiento de fuerza en deportistas, el entrenamiento de resistencia intermitente de alta intensidad (HIIT), los programas preventivos de lesiones, y el control/monitoreo de la carga de entrenamiento en el deporte.

Así es que el objetivo principal de este curso es dar respuestas concretas, válidas y prácticas a través de 4 asignaturas en las que se brindarán procedimientos y herramientas que ayuden a los profesionales en sus contextos de desempeño profesional.

Las 4 asignaturas responden a los siguientes interrogantes:

¿Cómo entrenar la fuerza para mejorar el rendimiento deportivo?

¿Cómo diseñar entrenamientos de resistencia intermitente en deportistas?

¿Cómo diseñar y ejecutar un programa preventivo de lesiones de manera eficiente?

¿Cómo gestionar el control y monitoreo de carga de entrenamiento interna subjetiva?

El desarrollo del presente curso será llevado a cabo por profesionales de reconocida trayectoria en diversos ámbitos de entrenamiento y prevención de lesiones, y estará organizado y certificado por el Instituto Internacional de Ciencias del Ejercicio Físico y la Salud (IICEFS) y +10 Capacitaciones, con el aval de G-SE y otras instituciones reconocidas internacionalmente.

Certificados

Certificado Final de Aprobación



- **Otorga:** Instituto Internacional de Ciencias del Ejercicio Físico y Salud
- **Formato:** digital

Este certificado especifica que un alumno ha realizado todas las evaluaciones y ha aprobado una capacitación en particular. Se incluyen los siguientes datos: nombres y apellidos del alumno, nombre de la capacitación, cantidad de horas cátedra y nombre de la organización que certifica.

Certificado Final de Asistencia



- **Otorga:** Instituto Internacional de Ciencias del Ejercicio Físico y Salud
- **Formato:** digital

Este certificado especifica que un alumno ha asistido a una capacitación en particular. Se incluyen los siguientes datos: nombres y apellidos del alumno, nombre de la capacitación, cantidad de horas cátedra y nombre de la organización que certifica.

Avales Científicos

IICEFS
Instituto Internacional de Ciencias del Ejercicio Físico y Salud

+10
+10

Comité Académico G-SE

American College of Sports Medicine

Precios, Descuentos y más

MAS INFORMACION

¿Todo listo?

INICIAR INSCRIPCION

100% ONLINE
Para realizar esta formación no se requiere ninguna instancia presencial.

EN ESPAÑOL
Todo material de estudio obligatorio es en español. Puede haber material en otro idioma, pero es opcional.

100% LIVE LEARNING
Los docentes o conferencistas anunciados están en vivo con usted durante el período de sus módulos y asignaturas.

ACCESO EXTENDIDO
Luego de finalizada esta formación el 27 de septiembre de 2023, tendrá UN AÑO MÁS para seguir ingresando y revisando material, descargando certificaciones, etc.

LMS PROPIO
Esta formación se realiza en el campus virtual de Online Education Center.

TODO QUEDA GRABADO
Toda la interacción en vivo (clases, conferencias, sesiones de consulta, etc.) queda grabada para que pueda reproducir cuando y cuantas veces desee.

24 HORAS CATEDRA
1 módulo y 4 docentes. Las horas cátedra se corresponden con los créditos ECTS.

100% SEGURO
Si +Trainer no cumple con lo publicitado en esta formación, le devolvemos el 100% de su dinero invertido.