

Primera edición 7 alumnos 1 docente 30 Horas cátedra 1 módulo 1 certificado 3 avales científicos

Curso de Nutrición en Running y Trial Running

Organiza: Nicolás Pedrido Nutrición Deportiva

INICIO
14 DE AGOSTO DE 2023

FIN DE INSCRIPCIONES
14 DE SEPTIEMBRE DE 2023

MODALIDAD
100% ONLINE

IDIOMA
EN ESPAÑOL

SINCRONICIDAD
100% LIVE LEARNING

CAMPUS VIRTUAL
LMS PROPIO

Docentes



Julio Nicolas Pedrido
Universidad Europea del Atlántico.
Nutrición Deportiva.

Presentación

Este Curso, brindará herramientas fundamentales para adecuar la alimentación en corredores, abordando las bases para mejorar el rendimiento, la alimentación pre, intra y post entreno , planificación de la alimentación previa a una carrera, cómo hidratarse, de qué manera utilizar geles, sales y suplementos de utilidad para estos deportistas. Cómo abordar los problemas gastrointestinales mas frecuentes entre otros temas.

Todas las consideraciones que tenés que saber de la mano de el Lic. En Nutrición Nicolás Pedrido que abordará los contenidos desde la ciencia y desde la experiencia como maratonista.

Precios, Descuentos y más

MAS INFORMACION

¿Todo listo?

INICIAR INSCRIPCION

Contenidos

Módulo 1

30 horas cátedra | Comienza: 14 de agosto de 2023 | Termina: 14 de septiembre de 2023

Asignaturas:

Valoración Nutricional del Deportista. Características del deporte

Julio Nicolas Pedrido.

Clasificación de carreras de larga distancia.

Ultramaratón y eventos de aventura.

Consideraciones previas del deportista.

Evaluación Nutricional. Evaluación Antropométrica: diagnóstico y planteo de objetivos.

Evaluaciones de laboratorio a tener en cuenta.

Nutrición e Hidratación aplicada al Running.

Julio Nicolas Pedrido.

Nutrición deportiva: conceptos Básicos. ABC de la Nutrición deportiva.

Timing de nutrientes.

Abordaje Nutricional PRE – INTRA Y POST competencia.

Intolerancias gastrointestinales en corredores.

Hidratación: Necesidades de líquidos y electrolitos.

Uso de bebidas Isotónicas en el deporte.

Deshidratación: concepto, consecuencias en el deporte.

Suplementación Deportiva

Julio Nicolas Pedrido.

Sistema de Clasificación de suplementos y alimentos deportivos ABCD según AIS (Australian Institute Sport).

Objetivos y consideraciones a tener en cuenta a la hora de usar un suplemento.

Suplementación aplicada al running.

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, PagosNet, Servipag, Sencillito, Webpay, Multicaja, Baloto, Pagos Seguros en Línea (PSE), SafetyPay, OXXO, SPEI, y PagoEfectivo.

Más información

Destinado a:

Nutricionistas recibidos o en curso de su carrera, Profesionales de la salud, Entrenadores y Deportistas.

Descripción

Una Capacitación que te ayudará a comprender las necesidades de esta actividad desde la teoría a la práctica. Algunos de los temas que se desarrollarán son:

-Clasificación de carreras de larga distancia.

-Ultramaratón y eventos de aventura.

-Evaluaciones, diagnóstico y planteo de objetivos.

-Timing de nutrientes.

-Abordaje Nutricional PRE – INTRA Y POST competencia.

-Intolerancias gastrointestinales en corredores.

-Hidratación: Necesidades de líquidos y electrolitos.

-Uso de bebidas Isotónicas en el deporte.

-Suplementación aplicada al running.

Certificados

Certificado Final de Asistencia



- **Otorga:** G-SE
- **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

American College of Sports Medicine

Asociacion Argentina de Nutricionistas y Dietistas Nutricionistas

American Society of Exercise Physiologists

Precios, Descuentos y más

MAS INFORMACION

¿Todo listo?

INICIAR INSCRIPCION

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

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

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

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.

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

30 HORAS CATEDRA
1 módulo y 1 docente. Las horas cátedra se corresponden con los créditos ECTS.

ACCESO EXTENDIDO
Luego de finalizada esta formación el 14 de septiembre de 2023, tendrá UN AÑO MÁS para seguir ingresando y revisando material, descargando certificaciones, etc.

100% SEGURO
Si Nicolás Pedrido Nutrición Deportiva no cumple con lo publicitrado en esta formación, le devolvemos el 100% de su dinero invertido.