



Curso Experto de Entrenamiento por Potencia



https://www.ciclismo.pro/capacitacion_trashed/curso-experto-potencia-t-g6450e878...





Curso Experto de Entrenamiento por Potencia

Sobre el Curso



C4C

Raúl Celdrán (head coach Klimatiza UCI MTB Team), Xabier Artetxe (head coach Team Ineos Grenadiers) y Javier Sola (performance Coach UAE TEAM EMIRATES) nos presentan el Curso Experto de Entrenamiento por Potencia para poder aumentar nuestra precisión en nuestra labor como entrenadores.

Es una continuación de los cursos anteriores (Curso de Entrenamiento por Potencia y Curso Avanzado de Entrenamiento por Potencia), donde profundizaremos cómo realizar un análisis exhaustivo para optimizar el rendimiento

Objetivos:

- Conocer cómo se realiza un análisis exhaustivo de las demandas de la competición.
- Aprender a planificar contenidos basados en la potencia.



Información Útil



OBJETIVOS:

- Conocer cómo se realiza un análisis exhaustivo de las demandas de la competición
- Aprender a analizar el perfil del corredor
- Aprender a planificar contenidos basados en la potencia



CURSO DESTINADO A:

Entrenadores, Graduados en CCAFD o Sports Science, deportistas y mentes inquietas



Curso Experto de Entrenamiento por Potencia

Docentes



XABIER ARTETXE



RAUL CELDRAN ROMERO
Farmacia



Curso Experto de Entrenamiento por Potencia

Docentes



JAVIER SOLA LÓPEZ
Rendimiento Humano



Curso Experto de Entrenamiento por Potencia

Programa académico (8 Horas cátedra)

Módulo 1

DETERMINAR DEMANDAS DEL EVENTO

¿Cuáles son los determinantes para analizar las demandas del evento?

DEBILIDADES Y FORTALEZAS DEL DEPORTISTAS

Análisis del background deportivo y enlazar con las demandas de la competición

PLANIFICACIÓN DE CONTENIDOS I

Cómo se trabajan:

-vt1

-vt2

-vo2max

PLANIFICACIÓN CONTENIDOS 2

Cómo se planifica:

FRC

PMAX

RESISTENCIA A LA FATIGA



Journals



SPORT Discus™ with Full Text



Online Education Center nos brinda de manera exclusiva y gratuita para todos los alumnos avanzados de G-SE el ingreso a SPORT Discus with Full text.

Con cobertura a texto completo (full text) que data desde el año 1930, SPORTDiscus with Full Text es la herramienta esencial para los estudiantes que desean estar un paso adelante en cuanto a conocimientos, investigación y trabajos finales de grado, másteres y doctorados.

El contenido incluye:

- Más de **650 revistas** (journals) a texto completo.
- Resúmenes de 970 revistas.
- Actas e informes de conferencias.
- Más de **3800 videos**.
- Más de **150000 artículos** con referencias citadas de búsqueda.

Pueden consultar y descargar estos materiales cuantas veces deseen mientras dure el acceso a este campus virtual de G-SE.



Curso Experto de Entrenamiento por Potencia

Certificados



CERTIFICADO FINAL DE ASISTENCIA

- Otorga: C4C
- Tipo de certificado: 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





Formas de Pago

GLOBALES

Tarjeta de crédito o débito internacional / Tarjeta de crédito o débito Europea / PayPal Depósito o transferencia (Bankinter)

SOLO PARA ARGENTINA

Tarjeta de crédito o débito Argentina / Depósito o transferencia bancaria (Banco Galicia) Pago Fácil / Rapipago

SOLO PARA BOLIVIA

PagosNet

SOLO PARA CHILE

Servipag / Sencillito / Webpay / Multicaja

SOLO PARA COLOMBIA

Tarjeta de crédito o débito Colombiana / Via Baloto / Pagos Seguros en Línea (PSE)

SÓLO PARA ECUADOR

SafetyPay

SÓLO PARA MÉXICO

OXXO; Tarjeta de crédito o débito Mexicana; SPEI

SÓLO PARA PERÚ

PagoEfectivo; SafetyPay; Tarjeta de crédito o débito Peruana

SÓLO PARA URUGUAY

Depósito o transferencia (Santander Uruguay)

FORMAS DE PAGO DE SOCIOS EDUCATIVOS

Tarjeta de crédito o débito Argentina; Pago en sede; Depósito o transferencia bancaria (Banco Galicia; Santander; Sabadell); Western Union; PayPal; Tarjeta de crédito o débito internacional; Pago en efectivo; Consignación o transferencia bancaria (Banco DAVIVIENDA); Pago Fácil / Rapipago; Credit or debit card; Depósito o transferencia bancaria (Banco Nación)



En todos los países:





Q&A



G-SE "Preguntas"

The screenshot displays the G-SE 'Preguntas' interface. On the left is a sidebar with navigation options: 'Iniciar Sesión', 'Home', 'Mis Preguntas', 'Preguntas Seguidas', and 'Mis Respuestas'. The main content area features a search bar at the top with the placeholder 'Haz una pregunta...'. Below it, a question is displayed: '¿Qué? Pregunta 27 may 2021 · 11:29'. The question text is 'La exposición a la luz artificial ¿genera cambios o disturbios en el sueño?' and is attributed to 'La expos'. To the right of the question are icons for 5 views, 1 reply, and a menu. Below the question is an answer: 'Respuesta 27 may 2021 · 11:29' by 'Ernesto Cifuentes Merenea'. The answer text discusses the physical and mental strain of playing football at night (>20 hours) and how it affects sleep quality and quantity. It also mentions that elite football players are exposed to stadium artificial light. At the bottom of the answer is a '(ver más)' link. Below the answer is a 'Responder...' input field.

G-SE Preguntas es la base de conocimientos más grande de habla hispana sobre las ciencias del ejercicio. Preguntas, respuestas, comentarios y un valioso intercambio de información abierto y en tiempo real entre colegas de todas las disciplinas.

¿Cómo puedo participar?

- **Posteando preguntas a colegas.** Las preguntas son y serán siempre anónimas, por más que te pidamos que te loguees/registres.
- **Aportando tu conocimiento** respondiendo preguntas para ganar reputación dentro de la comunidad.

¡Echa un vistazo y comienza a participar!

MÁS INFORMACIÓN



Grupo Sobre Entrenamiento (G-SE) es el Líder Mundial en Información y Capacitación a Distancia en Ciencias del Ejercicio y Salud

G-SE es un referente en la información y la capacitación a distancia en ciencias del ejercicio y medicina del deporte, dividiéndose en tres grandes secciones: 1) "Artículos", en donde se presentan blogs y artículos gratuitos contenidos en más de 7 journals especializados; 2) "Capacitaciones", una gran plataforma de difusión y comercialización de formaciones a distancia ofrecidas por nuestros socios educativos integrada a nuestro poderoso LMS (learning management system) de desarrollo propio; y 3) "Foros" en donde se promueve la interactividad, experiencias compartidas y opiniones de expertos.

 g-se@g-se.com

   g-se.com