



Aplicaciones del Entrenamiento de la Fuerza Mediante Sobrecargas Excéntricas



<https://g-se.com/entrenamiento-fuerza-sobrecargas-excentricas-t-s57cfb2669f8a4>





Aplicaciones del Entrenamiento de la Fuerza Mediante Sobrecargas Excéntricas

*Valoración de la capacitación
por parte de los alumnos:*





Aplicaciones del Entrenamiento de la Fuerza Mediante Sobrecargas Excéntricas

Sobre el Curso



Stefano Benítez

El presente webinar describirá las principales características del entrenamiento con sobrecarga excéntrica. Una vez conocidas tales características, se tratará de analizar los efectos agudos y crónicos de dicho entrenamiento en la prevención de lesiones y rendimiento deportivo



Aplicaciones del Entrenamiento de la Fuerza Mediante Sobrecargas Excéntricas

Docentes



OLIVER GONZALO SKOK

Entrenamiento de la fuerza



Aplicaciones del Entrenamiento de la Fuerza Mediante Sobrecargas Excéntricas

Programa académico (2 Horas cátedra)

Módulo 1

Aplicaciones del Entrenamiento de la Fuerza Mediante Sobrecargas Excéntricas

1. Introducción
2. Las acciones musculares excéntricas
3. Repeated Bout Effect
4. La tecnología isoinercial
 - La tecnología YoYo
 - La polea cónica (Versapulley)
 - ¿Se produce una sobrecarga excéntrica real mediante la utilización de esta tecnología?
5. Efectos del entrenamiento excéntrico sobre la prevención de lesiones
6. Efectos del entrenamiento excéntrico sobre el rendimiento físico
7. Aplicaciones prácticas
8. Conclusiones



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 vídeos**.
- 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.



Aplicaciones del Entrenamiento de la Fuerza Mediante Sobrecargas Excéntricas

Certificados



CERTIFICADO FINAL DE ASISTENCIA

- Otorga: Stefano Benítez
- 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



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

OMXO; 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)



Formas de Pago



En todos los países:

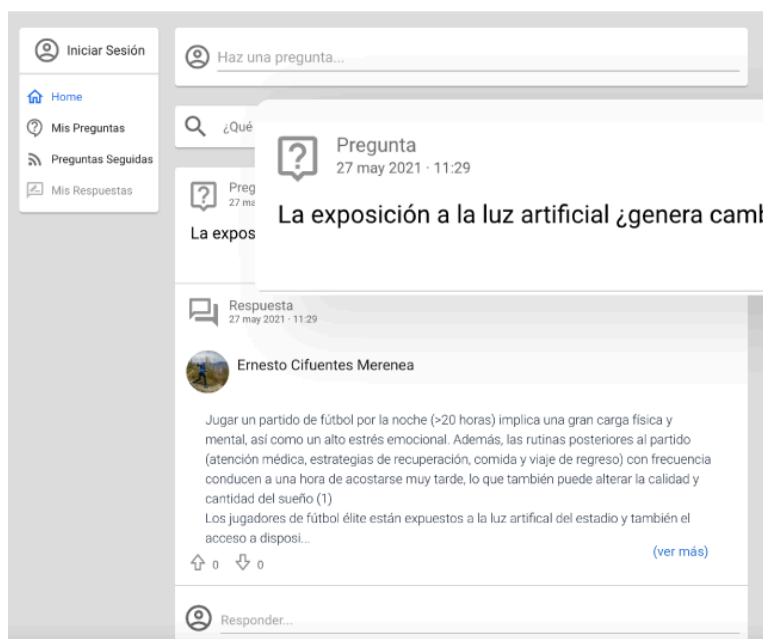




Q&A



G-SE "Preguntas"



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](https://www.g-se.com)