



El Entrenamiento con Sobrecarga Excéntrica y su Aplicación en el Entrenamiento Deportivo



<https://g-se.com/entrenamiento-sobrecarga-excentrica-t-u59d72cf915ab5>





El Entrenamiento con Sobrecarga Excéntrica y su Aplicación en el Entrenamiento Deportivo

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



<https://g-se.com/entrenamiento-sobrecarga-excentrica-t-u59d72cf915ab5>





El Entrenamiento con Sobrecarga Excéntrica y su Aplicación en el Entrenamiento Deportivo

Sobre el Curso



NSCA Spain

En el presente webinar se expondrá la literatura científica que estudia los efectos y adaptaciones del entrenamiento con sobrecarga excéntrica. Con la finalidad de analizar los medios inerciales y proponer una aplicación práctica orientada a la optimización del rendimiento deportivo y a la prevención de lesiones.



El Entrenamiento con Sobrecarga Excéntrica y su Aplicación en el Entrenamiento Deportivo

Docentes



SERGIO MAROTO IZQUIERDO

Módulo 1

El Entrenamiento con Sobrecarga Excéntrica y su Aplicación en el Entrenamiento Deportivo

- Entrenamiento excéntrico. Sus efectos en el músculo esquelético.
- Entrenamiento con sobrecarga excéntrica. ¿Qué es? ¿Cómo se aplica?
- Los medios inerciales y sus efectos sobre la masa muscular y el rendimiento deportivo.
- Prevención de lesiones.
- El entrenamiento reforzado excéntricamente dentro de un programa de prevención de un equipo profesional.
- Aplicaciones prácticas y ejemplos de utilización.



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.



El Entrenamiento con Sobrecarga Excéntrica y su Aplicación en el Entrenamiento Deportivo

Certificados



0.4 CEU

- Otorga: NSCA Spain
- Tipo de certificado: Digital
- Los alumnos que participen y que estén certificados por NSCA obtendrán 0.4 CEU en su proceso de recertificación.

Avales Científicos



NSCA Spain



National Strength and Conditioning Association



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"

The screenshot displays the G-SE Preguntas interface. On the left is a sidebar with navigation links: '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 card is visible, titled '¿Qué?' and dated '27 may 2021 · 11:29'. The question text is 'La exposición a la luz artificial ¿genera cambios o disturbios en el sueño?'. To the right of the question are icons for views (5), replies (1), and a menu. Below the question is an answer card titled 'Respuesta' and dated '27 may 2021 · 11:29'. The answer is by 'Ernesto Cifuentes Merenea' and discusses the effects of late-night football games on sleep. At the bottom of the answer card are upvote/downvote icons and a '(ver más)' link. A 'Responder...' input field is at the very bottom.

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