



Webinar de Aplicación del Ejercicio de Alta Intensidad a los Programas de Pérdida de Peso



<https://g-se.com/es/formacion/webinar-de-aplicacion-del-ejercicio-de-alta-intensidad-...>





Webinar de Aplicación del Ejercicio de Alta Intensidad a los Programas de Pérdida de Peso

Valoración de la capacitación por parte de los alumnos:





Webinar de Aplicación del Ejercicio de Alta Intensidad a los Programas de Pérdida de Peso

Sobre el Curso



NSCA Spain

Se explicarán los conceptos básicos de los métodos de alta intensidad y se describirán los proyectos y trabajos que han aplicado estas técnicas a programas de pérdida de peso, objetivando las ventajas e inconvenientes de estas metodologías.



Webinar de Aplicación del Ejercicio de Alta Intensidad a los Programas de Pérdida de Peso

Docentes



PEDRO J. BENITO



Webinar de Aplicación del Ejercicio de Alta Intensidad a los Programas de Pérdida de Peso

Programa académico (5 Horas cátedra)

Módulo 1

Webinar de Aplicación del Ejercicio de Alta Intensidad a los Programas de Pérdida de Peso

- Definición de HIIT.
- Tipos de HIIT.
 - Basados en el uso de la carrera/bici.
 - Basados en el entrenamiento de fuerza.
- Clasificación científica del HIIT.
 - Protocolos y sus respuestas fisiológicas agudas
- Variables que influyen en la determinación de la carga de entrenamiento.
- Gasto energético del HIIT.
- Efectos a largo plazo del HIIT en programas de pérdida de peso.



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.



Webinar de Aplicación del Ejercicio de Alta Intensidad a los Programas de Pérdida de Peso

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



American Society of Exercise Physiologists



Asociación Argentina de Medicina del Deporte y Ciencias del Ejercicio



Secretaría de Deporte, Educación Física y Recreación de la Nación Argentina



Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación



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)



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 options: 'Iniciar Sesión', 'Home', 'Mis Preguntas', 'Preguntas Seguidas', and 'Mis Respuestas'. The main content area features a search bar 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 includes a 'ver más +' link. Below the question is an answer: 'Respuesta 27 may 2021 · 11:29' by 'Ernesto Cifuentes Merenea'. The answer text discusses the physical and mental load of playing football at night (>20 hours) and how it affects sleep quality. It also mentions that elite football players are exposed to artificial stadium lighting. At the bottom of the answer, there are up/down vote arrows (both at 0) and a '(ver más)' link. A 'Responder...' input field is visible at the very bottom of the interface.

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)