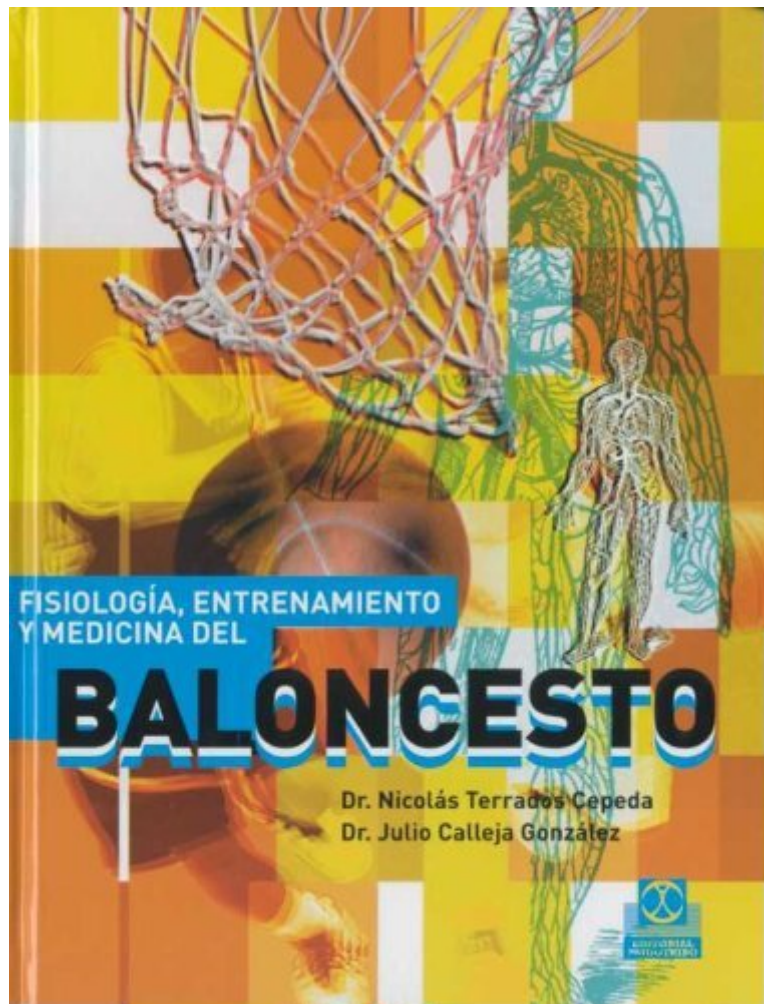


FISIOLOGÍA, ENTRENAMIENTO Y MEDICINA DEL BALONCESTO (Deportes)



Editor: Paidotribo

Autor: Nicolás Terrados Cepeda, Julio Calleja González

Longitud de impresión: 510

Idioma: Español

PDF

Asimismo, el número de profesionales que desarrollan su labor dentro de los equipos ha ido en aumento. Los entrenadores, los preparadores físicos y los médicos deben tener entre ellos una relación de colaboración en todos los ámbitos para organizar el trabajo que ha de hacer el jugador desde el punto de vista físico y técnico. Este libro desarrolla, con los últimos datos que aporta la investigación científica, desde los conocimientos de fisiología, pasando luego por el entrenamiento, hasta la medicina deportiva aplicada al baloncesto. Este enfoque multidisciplinario le brindará al lector una visión completa y acabada de lo que es hoy en día el trabajo en un equipo de baloncesto, en el que colaboran entrenadores, preparadores físicos, fisioterapeutas, masajistas, médicos. Nicolás Terrados, Dr. en Medicina y Cirugía. Especialista en medicina de la educación física y el deporte. Formado en el centro August Krog de

Dinamarca bajo la tutela del profesor B.Saltin y en el Karolinska Institute de Suecia. Ha sido jugador del Real Madrid junior. Ha sido asesor del FC Barcelona sección de baloncesto en el área de fisiología. Actualmente dirige la Unidad regional de medicina del deporte del principado de Asturias, profesor de la Universidad de Oviedo y del Comité Olímpico Español Julio Calleja, Dr. en Ciencias de la Actividad Física y del deporte. Máster en alto rendimiento deportivo. Entrenador superior de baloncesto y atletismo. Ha sido preparador físico del proyecto Siglo XXI de la Federación Española de baloncesto, de la Selección Española de baloncesto y del Tenerife en liga LEB y ACB. Actualmente es profesor de la Universidad del País Vasco y del postgrado en preparación física del baloncesto. Índice BLOQUE 1. FISIOLOGÍA. 1. Carga externa en baloncesto. Variables e indicadores. 2. Carga interna en baloncesto. Variables analíticas. 3. La frecuencia cardíaca como indicador de intensidad en baloncesto. 4. Metabolismo energético del baloncesto de competición. 5. Valora...

<http://yep.pm/qid7KNai5/iUzYy8zBL.pdf.rar>