



COMITÉ
OLÍMPICO
ESPAÑOL

VII JORNADAS PARA ENTRENADORES

ÚLTIMAS TENDENCIAS EN EL ALTO RENDIMIENTO



09:15 – 09:30. **Presentación. Alejandro Blanco. Presidente del Comité Olímpico Español**

09:30 – 10:15. **Ricardo de la Vega. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.**

Investigación y entrenamiento psicológico para los grandes eventos deportivos. Tendencias y perspectivas actuales.

10:15 – 11:00. **Mikel Izquierdo. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.**

Entrenamiento concurrente de fuerza y resistencia cardiovascular: consideraciones prácticas.

11:00 – 11:45. **Esteban Gorostiaga. Doctor en Medicina y Cirugía.**

¿Cuánto entrenamiento es demasiado entrenamiento?

11:45 – 12:30. **Juan José G. Badillo. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.**

Hacia un nuevo paradigma en el entrenamiento de fuerza.

12:30 – 13:15. **Ricardo Mora. Doctor en Fisiología del Ejercicio.**

Hidratación y aclimatación al calor: efectos en el rendimiento deportivo.

13:15 – 14:00. **Maite Gómez. Doctora en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.**

Análisis de la competición en deportes de equipo: fundamentación, evolución y nuevos retos en la evaluación del rendimiento

Moderador: Ricardo Leiva. Director de Deportes del COE

JORNADA ONLINE SÁBADO 24 DE OCTUBRE DE 2020

JORNADA GRATUITA. CONEXIONES LIMITADAS. IMPRESCINDIBLE INSCRIPCIÓN PREVIA

[HTTPS://COES.DEPORTEENNUBE.ES](https://coes.deporteennube.es)

