



AVANCES EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Nuevos sistemas de entrenamiento en deportes de equipo y deportes individuales



VITORIA-GASTEIZ - FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

20 DE SEPTIEMBRE DE 2014 // 9:30-14:00

Colaboradores:



Jarduera Fisikoaren eta
Kirolaren Zientzien Fakultatea
Facultad de Ciencias de la
Actividad Física y del Deporte



Teknika Hobekuntzarako Zentroa
Centro de Perfeccionamiento Técnico



Todo/a deportista desea mejorar sus marcas, sus tiempos, su rendimiento, pero esto difícilmente es posible desarrollando continuamente los mismos sistemas o métodos de entrenamiento. Los y las técnicos deportivos han de estar en constante actualización para poder ofrecer nuevos estímulos o nuevas y mejores formas de entrenar a sus deportistas.

Así, a través de la presente jornada se desea dar a conocer y analizar los últimos métodos de entrenamiento utilizados en las diferentes modalidades en base a los nuevos sistemas de competición y profundizar en los aspectos más modernos y relevantes relacionados con la planificación del entrenamiento deportivo.

Contenidos, ponentes y horarios:

9:30: **Presentación: "Tendencias actuales en el entrenamiento deportivo"**

Julio Calleja

10:00: **"Nuevas tendencias en deportes individuales"**

Julen Erauzkin (Master en ARD. Entrenador Nacional de Remo. Técnico del CPT de Fadura. Director técnico de la Federación Española de Remo)

11:00: **"Entrenamiento concurrente. Nuevas Perspectivas"**

Eugenio Rodríguez (Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, y Master en ARD. Preparador físico de Gipuzkoa Basket -ACB)

12:00: Descanso

12:30: **"Nuevas tendencias en deportes de equipo"**

Julio Calleja (Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Master en ARD. Entrenador Nacional de Atletismo Natación y Baloncesto. Profesor de la UPV-EHU y de la Fakultät of Kinesiology en Croacia)

13:30: **Mesa Redonda: "¿Hacia dónde se dirige el entrenamiento deportivo?"**

Participantes: ponentes

14:00: Fin de la jornada

Destinatarios/as:

Técnicos/as y entrenadores/as, preparadores/as físicos, fisioterapeutas, alumnos/as y licenciados/as en ciencias de la actividad física y el deporte, profesionales dedicados a la actividad física y el deporte.

Lugar:

Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (EHU-UPV)
Portal de Lasarte, 71 Vitoria-Gasteiz

Inscripciones:

Fecha límite de inscripción: 16/09/2014

A través del proceso de inscripción on-line de la página web de Kirolaskola www.kirolaskola.net.

- Clickar en el siguiente enlace: **Inscripción**, y seguir los pasos que se indican.
- En el Paso 2, seleccionar la presente actividad de entre las diferentes opciones.
- Dudas/consultas relacionadas con el proceso de inscripción: en el nº de teléfono 94 430 48 67 o en el correo electrónico kirolaskola@ej-gv.es

Límite de plazas: 150 personas (por orden de inscripción).

Actividad gratuita

Idioma: castellano



AURRERAPENAK KIROL ENTRENAMENDUAN

Entrenamendu sistema berriak talde-kiroletan eta banakako kiroleetan



JARDUERA FISIKOAREN ETA KIROLEREN ZIENTZIEKIN FAKULTATEA - GASTEIZ

2014KO IRAILAK 20 // 9:30-14:00

Colaboradores:



Jarduera Fisikoaren eta
Kirolaren Zientzien Fakultatea
Facultad de Ciencias de la
Actividad Física y del Deporte



Teknika Hobekuntzarako Zentroa
Centro de Perfeccionamiento Técnico



Edozein kirolarik bere markak, denborak edo errendimendua hobetu nahi du, baina hobekuntza hori ez da posible izango betiko entrenamendu sistemak eta metodoak erabiltzen. Kirol entrenatzaileek ezagutzak gaurkotu behar dituzte euren kirolariei entrenatzeko estimulu eta era berriak eta hobeak eskaini ahal izateko.

Horrela, jardunaldi honen bitartez, kirol modalitateetako txapelketa eredu berriek eragiten dituzten entrenamendu era berriak aditzera eman eta aztertu egingo dira. Horrez gain, kirol-entrenamenduen planifikazioarekin zerikusia duten xehetasun nabarmenenak eta berrienak ere aztergai izango dira.

Edukiak, hizlariak eta ordutegiak:

9:30: **Aurkezpena. "Joera berriak kirol entrenamenduan"**

Julio Calleja

10:30: **"Joera berriak banakako kiroleetan"**

Julen Erauzkin (Masterra goi errendimenduan. Arrauneko Entrenatzaile Nazionala. Fadurako HTZko teknikaria. Espainiako Arrauna Federazioaren zuzendari teknikoa)

11:30: **"Elkarturiko entrenamendua. Ikuspegi berriak"**

Eugenio Rodríguez (Lizentziatua Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietan, Masterra goi errendimenduan. Gipuzkoa Basket ACB saskibaloitako taldeko prestatzaile fisikoa)

12:00: Atsedena

12:30: **"Joera berriak taldekako kiroleetan"**

Julio Calleja (Doktorea Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietan, Masterra goi errendimenduan. Atletismoko, Igeriketako eta Saskibaloiko Entrenatzaile Nazionala, UPV-EHUko eta Kroaziako Fakultateko Kinesiologiako irakaslea)

13:30: **Mahai Ingurua: "Zein norabidea hartzen ari da kirol entrenamendua?"**

Partehartzaileak: hizlariak.

14:00: Jardunaldiaren bukaera.

Jasotzaileak:

Teknikariak eta entrenatzaileak, prestatzaile fisikoak, fisioterapeutak, Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako ikasleak eta lizentziatuak, jarduera fisikoko eta kiroleko langileak.

Tokia:

Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzien Fakultatea (EHU-UPV)

Lasarteko Bidea, 71

Vitoria-Gasteiz

Izen-emateak:

Izena emateko azken eguna: 2014/09/16

Kirolaskolako web orrialdearen izen-emate prozeduraren bidez www.kirolaskola.net.

- Ondorengo esteka sakatu: [Izen-emateak](http://www.kirolaskola.net), eta jarraitu urratsak.
- 2. urratsean, topatuko dituzun jarduera guztien artean, hautatu jarduera hau.
- Izen-emate prozesuarekin egon daitezkeen zalantzak argitzeko 94 430 48 67 telefono zenbakian edo kirolaskola@ej-gv.es helbide elektronikoan.

Toki-kopurua: 150 pertsona (izen-ematearen ordenaren arabera).

Doako jarduera

Hizkuntza: gaztelania