

# PREVENCIÓN DE LESIONES Y MEJORA DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO



Con el crecimiento exponencial que está experimentando **Global Performance**, nos vemos obligados a crear estos **cursos de formación** con la idea de poder **formar a trabajadores para nuestra propia empresa**.

Los conocimientos adquiridos son imprescindibles para poder trabajar en nuestro centro y es por este motivo que estos cursos se convertirán en una **Bolsa de Trabajo propia**, al mismo tiempo que los alumnos podrán utilizar los conocimientos en sus actuales responsabilidades laborales.

El curso de formación que impartimos es el resultado de **10 años de experiencia** en la **Preparación Física de Deportistas de Élite**.

Las clases son presenciales con personal experto que tiene estrecha vinculación con el Deporte de élite. Las combinaremos con prácticas en nuestro centro.

## OBJETIVO

Nuestro objetivo principal es formar a preparadores físicos, capacitarlos en la prevención de lesiones y en la mejora del rendimiento deportivo de cada jugador tratado.

Las competencias para las que te prepara este curso son:

- Detectar los puntos débiles que pueden producir una lesión.
- Análisis y valoración de las técnicas y métodos a aplicar de manera individual.
- Controlar el riesgo de lesiones.
- Mejorar el rendimiento físico de los jugadores.

## PROGRAMA DE 3 DÍAS

03 de mayo: 17:00 a 21:00h

04 de mayo: 10:00 a 13:30h / 15:00 a 20:00h

05 de mayo: 10:00 a 14:00h

### DÍA 3 DE MAYO DE 2019:

- Iniciación al trabajo excéntrico.
- Diferente maquinaria utilizada, posibilidades y utilidades.
- La valoración y prevención de lesiones. Smartcoach.

Ponente: Óscar Martínez

### DÍA 4 DE MAYO DE 2019

- Prevención y recuperación de lesiones: molestias en el tobillo, cadera, rodilla, pubis...
- Prevención y recuperación de lesiones: Hombro, codo, espalda...

Ponentes: David Ayala y Alexis Guillén

### DÍA 5 DE MAYO DE 2019

- El trabajo con equipos: Cómo enfocarlo.
- Vuelta a la competición: Cuándo y cómo dar el alta deportiva.

Ponente: Romà Ruiz

## REQUISITOS

Tener una titulación de grado, diplomatura o equivalente (CAFE, INEFC, FISIOTERAPIA...)

## DESTINATARIOS

Básicamente está destinado a aquellos profesionales que quieran impulsar su carrera como **Preparadores Físicos de Deportistas de Élite** o a aquellos **Fisioterapeutas** que quieran **mejorar las técnicas de recuperación**

## PRÁCTICAS

El curso se complementa con 20 horas de prácticas en nuestro centro.

## PLAZAS

El curso admite hasta un máximo de 15 personas que entrarán automáticamente en la Bolsa de Trabajo de Global Performance.

## PRECIO

El coste del curso es de 350€ (IVA incluido) por alumno.

Incluye la comida del sábado.