

Aulas del Centro de Tecnificación Deportiva "Río Esgueva"  
C/ Hipólito Durán s/n. 47001  
(Esquina Cmno. Cementerio)

#### INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

Formulario de inscripción  
www.jcyl.es (Deportes y Ocio/Formación deportiva)  
TLF.: 983 411 620

#### ORGANIZA



CASTILLA Y LEÓN

#### COLABORAN



## Formación y Actualización Deportiva 2012

### PREPARACIÓN FÍSICA APLICADA AL BALONCESTO

**Domingo 11**  
**Noviembre**  
**2012**

#### OBJETIVOS

Reflexionar sobre nuevas tendencias de preparación física aplicadas al Baloncesto.

Transferir y adaptar los conceptos de preparación física expuestos a la realidad deportiva en la que nos encontramos.

Conocer el trabajo de preparación física que se realiza en equipos de élite.

#### PERFIL DE LOS PARTICIPANTES

Monitores y Entrenadores de Baloncesto.

Titulados y Estudiantes en CAFD Y TAFAD.

Titulados y Estudiantes de Magisterio EF.

Profesionales de la EF.

Preparadores Físicos de Clubes.

#### PROGRAMA

9,30 h. ENTREGA DE ACREDITACIONES.

10,00 h. "Preparación física y variabilidad de la frecuencia cardíaca. aplicación en la cantera de un club de baloncesto de alto rendimiento".

Jairo Vázquez  
Preparador físico de cantera del Fútbol Club Barcelona de baloncesto.

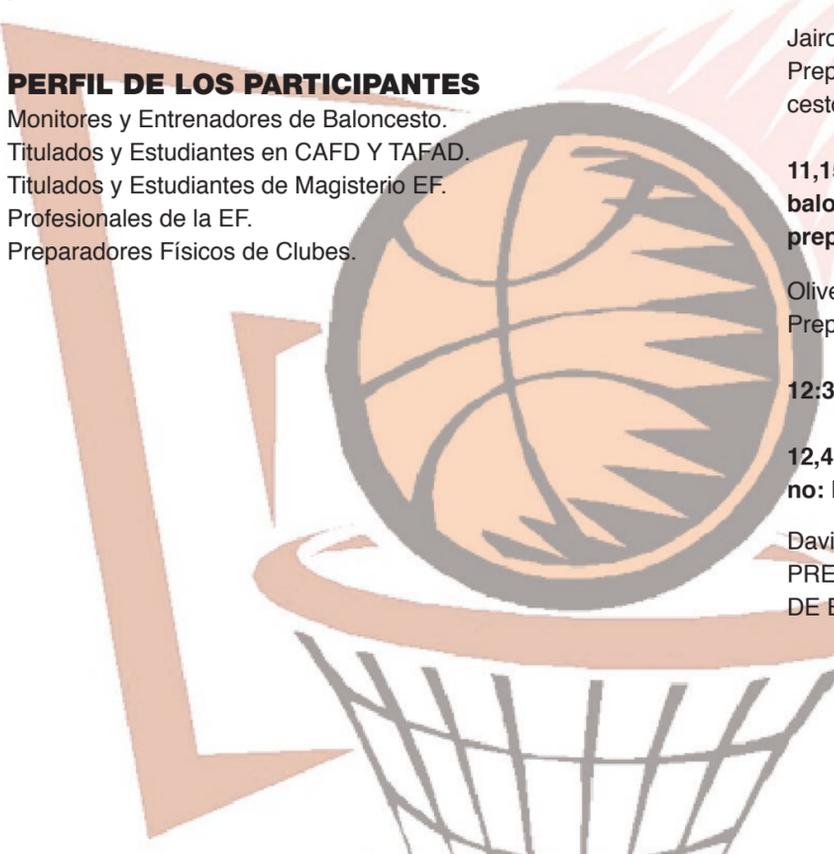
11,15 h. "La capacidad de repetir cambios de dirección en baloncesto: sus posibilidades de entrenamiento con la preparación física y determinantes de su rendimiento".

Oliver Gonzalo  
Preparador físico de cantera del CAI ZARAGOZA

12:30 h. PAUSA CAFÉ

12,45 h. "La preparación física de un equipo de élite femenino: Perfumerías Avenida". Una experiencia motivante".

David Noreña  
PREPARADOR FÍSICO PERFUMERÍAS AVENIDA. CAMPEÓN DE EUROPA



## PREPARACIÓN FÍSICA APLICADA AL BALONCESTO