



Curso Formativo: Fundamentos del entrenamiento en deporte base

En el presente curso, se transmitirán contenidos basados en la experiencia propia, de colaboradores y la evidencia científica que doten a los alumnos de una base sólida y actualizada sobre el entrenamiento de base. En él se profundizará sobre aspectos tan importantes como las capacidades condicionales en el entrenamiento de base, su organización y estructuración y el diseño de tareas orientadas. Todo ello desde una perspectiva dinámica y motivadora que evite el abandono prematuro de los jóvenes deportistas”.

Docente:

Fernando Hernández-Abad, doctor en Ciencias de la Salud y Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. En su línea de trabajo es profesor para diversos másteres de posgrado de universidades españolas y consultor externo para preparadores físicos y fisioterapeutas de un gran número de clubes de fútbol de las principales ligas europeas.

También ha sido preparador físico de la selección nacional de vóley playa femenina y de diversos deportistas olímpicos, campeones de Europa y del Mundo. En etapas de formación ha podido trabajar para la federación española de baloncesto.