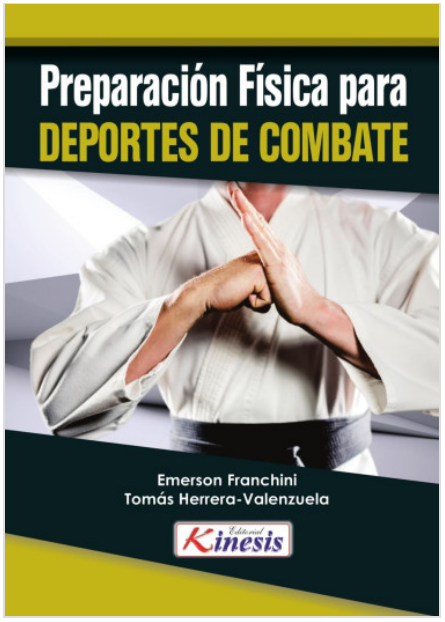
Preparacion física para deportes de combate

Autores

Emerson Franchini, Tomas Herrera-Valenzuela

Sinopsis

Las modalidades deportivas de combate (MDC) han aumentado en popularidad y número de eventos, resultando en mayor cantidad de atletas involucrados en competiciones de diferentes niveles. Simultáneamente con este aumento, existe la necesidad de desarrollar métodos de entrenamiento más seguros y orientados científicamente. Como el desempeño en las MDC depende de la combinación del desarrollo de diferentes capacidades físicas, es importante comprender detalladamente la relevancia de cada uno de estos aspectos en el éxito competitivo; a partir de este conocimiento, los medios de entrenamiento pueden ser mejor delineados para atender las necesidades específicas de la modalidad y la condición del atleta. En este sentido, este libro es una iniciativa que intenta detallar las respuestas fisiológicas y el desempeño físico en diferentes condiciones de la práctica de las MDC, presentando estudios que han investigado el proceso de entrenamiento de forma de permitir la realización de este proceso con base en las evidencias.



IBD

Año de publicación: 2017

Presentación: Tapa blanda o Bolsillo

Tamaño: 24 x 17 cm

Número de páginas del contenido principal: 384 Páginas

ISBN13: 9789588952284

EF

Sobre el autor

Emerson Franchini

Palabras clave

Deporte

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen



Tomas Herrera-Valenzuela

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen