

JORNADA ANÁLISIS DEL RENDIMIENTO

El día 17 de noviembre de 2024, domingo, se realiza el Curso de “Pruebas de esfuerzo y evaluación de rendimiento. Claves para la determinación de zonas de entrenamiento en remo”.

Se realizará en el Real Club de Regatas de Alicante.

Horario:

9:30 a 13:30 parte teórica.

16:00 a 19:00 parte práctica (test y análisis de los test).

Docente:

Alfonso Penichet Tomás: Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte / Profesor Investigador de la Universidad de Alicante.

Inscripciones por favor al correo de formacion@fremocv.org.

Gratuito para todos los que tengan licencia como técnica o técnico en la Federación de Remo de la Comunitat Valenciana.

Nota: Se trata de pruebas de esfuerzo en remo ergómetro para calcular las zonas de entrenamiento.