

<b>Curso:</b>	<b>Charlas MOVE-IT: Curso intensivo de entrenamiento en resistencia cardiorrespiratoria</b>
<b>Lugar:</b>	Aula 20A y Laboratorio de Valoración de la Actividad Física (Facultad de Ciencias de la Educación).
<b>Fechas:</b>	12 y 19 de febrero de 2020
<b>Horario:</b>	15:00 horas a 17:00 horas
<b>Dirigido a:</b>	Estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación
<b>Ponente:</b>	<b>Edgardo Opazo Diaz</b> ( <i>Doctorando grupo MOVE-IT</i> ).
<b>Duración:</b>	4 horas
<b>Contenidos:</b>	Deporte y Rendimiento
<b>Objetivos:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar pruebas para evaluar la capacidad cardiorrespiratoria (CCR)</li> <li>- Utilizar parámetros objetivos para la prescripción de intervalos en CCR</li> <li>- Aplicar modelo de Periodización al entrenamiento de la CCR</li> <li>- Analizar la respuesta fisiológica al entrenamiento intervalado.</li> </ul>
<b>Organiza:</b>	- Jesús Gustavo Ponce González (Investigador del Grupo de Investigación MOVE-IT)
<b>Contacto:</b>	Inscripción: <b>Actividad gratuita</b> se deberá registrarse en el enlace: <a href="https://educacion.uca.es/formulario-de-inscripcion-cursos-plan-formativo-19-20/">https://educacion.uca.es/formulario-de-inscripcion-cursos-plan-formativo-19-20/</a>
<b>Nº plazas</b>	30
<b>Competencias a convalidar</b>	Por determinar