

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