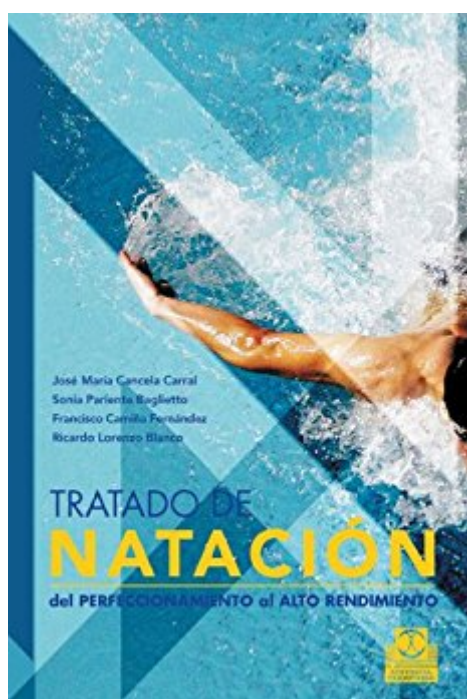


The book was found

Tratado De Nataci3n: Del Perfeccionamiento Al Alto Rendimiento (Deportes NÂ° 19) (Spanish Edition)



Synopsis

Tratado de natación. Del perfeccionamiento al alto rendimiento es una guía para el entrenamiento de la natación en la alta competición. En los primeros capítulos se introducen los principios del entrenamiento aplicados a la natación junto con los conceptos fisiológicos y anatómicos como el coste energético en la natación y la musculatura implicada en los diferentes estilos natatorios. A continuación se dedica un capítulo para el entrenamiento de cada una de las habilidades motrices básicas aplicadas a la natación: la resistencia aeróbica, la fuerza muscular, la flexibilidad y la velocidad. Por último se trata también la selección de talentos, la planificación del programa de entrenamiento anual y el reglamento de natación. Esta obra ha sido realizada por profesores de Fundamentos y Contenidos Didácticos de Natación, perteneciente a la Universidad de Vigo y de la Universidad de A Coruña.

Book Information

File Size: 5011 KB

Print Length: 259 pages

Publisher: Paidotribo; 1 edition (December 10, 2013)

Publication Date: December 10, 2013

Sold by: Digital Services LLC

Language: Spanish

ASIN: B00HCPNA3A

Word Wise: Not Enabled

Lending: Not Enabled

Enhanced Typesetting: Not Enabled

Best Sellers Rank: #195,001 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #1 in Books > Libros en español > Deportes > Deportes Acuáticos #16 in Kindle Store > Kindle eBooks > Foreign Languages > Spanish > Deportes #28 in Kindle Store > Kindle eBooks > Nonfiction > Sports > Water Sports > Swimming

[Download to continue reading...](#)

Tratado de natación: Del perfeccionamiento al alto rendimiento (Deportes nº 19) (Spanish Edition) TRATADO DE NATACIÓN. Del perfeccionamiento al alto rendimiento (Spanish Edition) Fútbol: El Modelo de Juego del FC Barcelona: Las Claves del Éxito del Club Blaugrana (deportes,futbol,deportes futbol,futbol base futbolisimo) (Spanish Edition) Análisis y control del rendimiento deportivo (Deportes nº 24) (Spanish Edition) Balance Nutricional: Una estrategia de

alimentación de alto rendimiento (Spanish Edition) Radiología de Alto Rendimiento:
procedimientos intervencionistas + ExpertConsult (Spanish Edition) En otras palabras:
Perfeccionamiento del español por medio de la traducción (Spanish Edition) Fisiología
del ejercicio físico y del entrenamiento (Deportes nº 24) (Spanish Edition) Manual del
entrenador personal: Del fitness al wellness (Color) (Deportes nº 93) (Spanish Edition)
Atletismo - Iniciación y Perfeccionamiento (Spanish Edition) El Arte del Entrenamiento Mental: Una
Guía Para el Rendimiento Excelente (Spanish Edition) A Tono - Ejercicios Para Mejorar El
Rendimiento del Musico Contiene CD (Spanish Edition) NATACION PARA TODOS. Una guía
para nadar mejor de lo que nunca habías imaginado (Spanish Edition) Preparación física
completa para la natación / Complete Conditioning for Swimming (Spanish Edition) 1000 ejercicios
y juegos de natación y actividades acuáticas (Spanish Edition) La Natación/ the Science of
Swimming: Ciencia Y Técnica (Spanish Edition) Natación para niños / Swimming for children
(Spanish Edition) Juegos Cooperativos Para La Enseñanza De La Natación (Spanish Edition) Jugar
En El Agua (Natación) (Spanish Edition) Manual de entrenamiento del ciclista (Bicolor) (Deportes
nº 12) (Spanish Edition)

[Dmca](#)