



INSTITUTO INTERNACIONAL DE
CIENCIAS DEL EJERCICIO FÍSICO Y SALUD

CATÁLOGO DE ACCIONES FORMATIVAS 2019

Área de conocimiento		
ENTRENAMIENTO		
Denominación	Área de especialización	Modalidad
Actualización sobre el entrenamiento para el desarrollo de la fuerza	Entrenamiento para el desarrollo de las capacidades físicas	Virtual Presencial
Actualización sobre el entrenamiento para el desarrollo de la resistencia	Entrenamiento para el desarrollo de las capacidades físicas	Virtual Presencial
Actualización sobre el entrenamiento para el desarrollo de la Flexibilidad/ADM	Entrenamiento para el desarrollo de las capacidades físicas	Virtual Presencial
Entrenamiento concurrente de la fuerza y resistencia	Entrenamiento para el desarrollo de las capacidades físicas	Virtual Presencial
Procesos operativos para el diseño de programas de entrenamiento en el ámbito de la salud	Entrenamiento para el desarrollo de las capacidades físicas	Virtual Presencial
High Intensity Interval Training (HIIT) para la salud	Nuevas tendencias de entrenamiento	Virtual Presencial
Core-training como eje vertebrador del entrenamiento funcional	Nuevas tendencias de entrenamiento	Virtual Presencial
Entrenamiento de la fuerza basado en el control de la velocidad de ejecución	Nuevas tendencias de entrenamiento	Virtual Presencial
La "Periodización" del entrenamiento	Entrenamiento para el desarrollo de las capacidades físicas	Virtual Presencial
Métodos de entrenamiento de la fuerza en el ámbito de la salud	Entrenamiento para el desarrollo de las capacidades físicas	Virtual Presencial
Procesos operativos y toma de decisiones en la programación de ciclos de entrenamiento de la fuerza	Entrenamiento para el desarrollo de las capacidades físicas	Virtual Presencial
Entrenamiento mediante dispositivos generadores de inestabilidad externa	Nuevas tendencias de entrenamiento	Virtual Presencial
Entrenamiento físico en el medio acuático	Nuevas tendencias de entrenamiento	Virtual Presencial



INSTITUTO INTERNACIONAL DE
CIENCIAS DEL EJERCICIO FÍSICO Y SALUD

Diseño de clases colectivas con soporte musical en el contexto del acondicionamiento físico saludable	Nuevas tendencias de entrenamiento	Virtual Presencial
Criterios básicos para el análisis y selección de ejercicios de entrenamiento de la fuerza	Análisis y selección de ejercicios de entrenamiento	Virtual Presencial
Criterios de seguridad y eficacia de los ejercicios de entrenamiento para MMSS, MMII y CORE	Análisis y selección de ejercicios de entrenamiento	Virtual Presencial
Enseñanza y aprendizaje de levantamientos olímpicos	Análisis y selección de ejercicios de entrenamiento	Virtual Presencial
Entrenamiento de la agilidad y los cambios de dirección (COD) en los deportes cooperación-oposición	Entrenamiento para el desarrollo de las capacidades físicas	Virtual Presencial
Entrenamiento en "Ayunas": Mitos, creencias vs evidencias y aplicaciones	Fisiología del ejercicio	Virtual Presencial