



CONFERENCIAS

LA PREPARACIÓN FÍSICA Y LAS CAPACIDADES BIOMOTORAS

EN LÍNEA, VÍA ZOOM

OBJETIVO GENERAL

Revisar cada uno de los cinco grupos de capacidades biomotoras y resaltar la importancia de la preparación física en el entrenamiento deportivo.

PROGRAMA

3 de septiembre

La relación entre la preparación física y las capacidades biomotoras.

5 de septiembre

La resistencia y su relación con los límites de la capacidad humana.

10 de septiembre

La fuerza muscular.

12 de septiembre

Polémica acerca de la rapidez.

17 de septiembre

La flexoelasticidad.

19 de septiembre

Las capacidades coordinativas y su clasificación.

DIRIGIDO A

Toda persona interesada en el tema

IMPARTIDO POR

Prof. René Vargas Pineda

DÍAS Y HORARIOS DE IMPARTICIÓN

Martes y jueves de las **12:00** a las **14:00** horas.

DURACIÓN

12 horas.

FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN

27 de agosto de 2024.

PRE-REGISTRO

<https://deporte.unam.mx/ced/conferencias.php>

REQUISITOS

- Realizar su Pre-registro en línea
- Cubrir el 80% de asistencia para tener derecho a constancia

INFORMES

55 5622 0014

ced@deporte.unam.mx

#SOYDEPORTEUNAM



CUPO LIMITADO