

PROXIMA

NOVEDAD Colección de Natación Alto Rendimiento

TÉCNICOS Y CIENTÍFICOS SOBRE NATACIÓN DE ALTO RENDIMIENTO

Los cambios y avances en las Ciencias del Deporte obligan constantemente a actualizar los conocimientos sobre el entrenamiento de la natación de alto rendimiento.

Con esta intención, el Área de Formación y Actualización de Entrenadores con el soporte de la Escuela Nacional de Entrenadores de la Real Federación Española de Natación han emprendido un ambicioso proyecto con la Colección de Natación de Alto Rendimiento.

El conjunto de autores de los libros conjugan, el saber crítico y científico de profesores universitarios especialistas en Natación de Alto Rendimiento, Ciencia del Entrenamiento y otras Ciencias del Deporte y la práctica de entrenadores con amplia experiencia y resultados destacados en el mundo de la natación de competición.

La continuidad y ampliación de este proyecto dependerá de su aceptación. Quienes hemos llevado la responsabilidad de la dirección de la Colección estamos convencidos que los profesionales exigentes, los alumnos con ansias de saber, y los nadadores aficionados o federados sabrán valorar el esfuerzo realizado y los niveles de calidad y actualización que nos hemos esforzado en presentar en cada uno de los libros que pertenecen a la Colección de Natación de Alto Rendimiento.

Con este deseo presentamos ilusionados esta colección.

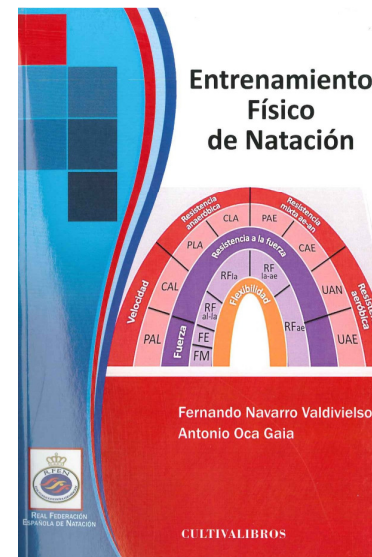
Fernando Navarro – Moisés Gosálvez
DIRECTORES DE LA COLECCIÓN DE NATACIÓN DE ALTO RENDIMIENTO
Área de Formación y Actualización de Entrenadores

Libros de la Colección

- EL ENTRENAMIENTO TÉCNICO DE NATACIÓN
Raul Arellano Colomina.
- EL ENTRENAMIENTO DE LAS ESPECIALIDADES DE NATACIÓN
Marcelo Cuartero, Jose Antonio del Castillo, Xavier Torrallardona, Jordi Murio i Fisa.
- PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO Y SU CONTROL
Fernando Navarro Valdivielso, Antonio Oca Gaia, Antonio Rivas Feal.
- EL ENTRENAMIENTO FÍSICO DE NATACIÓN
Fernando Navarro Valdivielso, Antonio Oca Gaia.
- LA EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO DEL NADADOR
Fernando Navarro Valdivielso, Luis Villanueva San Vicente.



Reserve o solicite información enviando un e-mail a:
librosnatacion@rfen.es o bien consulte la web: www.rfen.es



En los últimos años, las técnicas de entrenamiento para la mejora del rendimiento en natación han experimentado una notable evolución, paralelamente al avance científico en las Ciencias del Deporte. Sin embargo, en muchas ocasiones estos avances que afectan al entrenamiento del nadador son difíciles de entender debido a una confusa jerga terminológica y conceptual que resulta difícil de comprender. Al entrenador y al nadador les interesa saber cómo aplicar este conocimiento de forma rápida y práctica, y especialmente, sobre lo que se debe hacer mediante el entrenamiento para ser más resistentes, más rápidos, más fuertes y más ágiles o flexibles. También le preocupa cómo se debe gestionar el esfuerzo en competición para alcanzar los máximos resultados posibles.

Lo que guía a los autores de este libro en cada página es facilitar al entrenador y al nadador un mayor entendimiento práctico de las Ciencias del Deporte y, en especial de la Ciencia del Entrenamiento, con el fin de que ello permita producir mejores resultados personales y altos logros en competición.

ENTRENAMIENTO FÍSICO aborda los procedimientos, métodos y programación del entrenamiento físico de la natación más novedosos para el desarrollo de la resistencia, de la fuerza, la velocidad, la flexibilidad y la gestión del esfuerzo en competición de acuerdo con las necesidades individuales de cada nadador y las características particulares de rendimiento de las especialidades de natación. También puede ser de gran interés para los profesionales del entrenamiento que desarrollan su labor en otras disciplinas relacionadas con el medio acuático como el triatlón, piragüismo o remo.

SOLICITUD DE ENVÍO

Entrenamiento Físico de Natación: 20,00 € (iva incluido)

Nº de ejemplares Importe

Gastos de Envío (mensajero) para España: **5,75 €**
(hasta máximo de 12 ejemplares)

Importe total:

Pago mediante transferencia a RFEN (0049.6274.83.2016022426)

DIRECCION DE ENVIO:

Nombre y Apellidos: _____

Domicilio completo: _____

Teléfono de contacto: _____ e-mail: _____

Enviar por e-mail junto con el comprobante de pago a:
librosnatacion@rfen.es