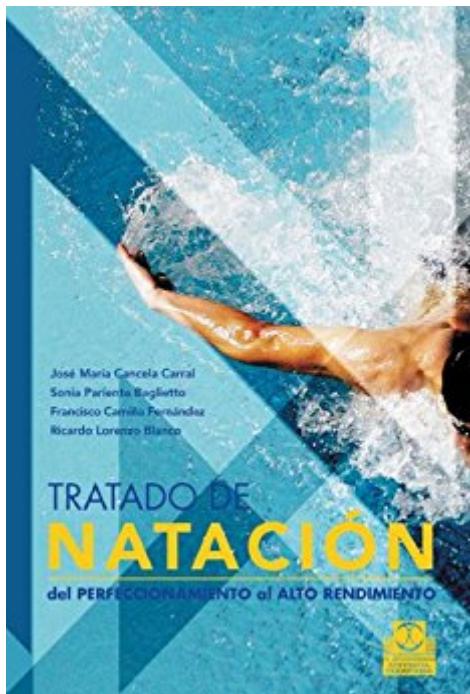


The book was found

Tratado De NataciÃ³n: Del Perfeccionamiento Al Alto Rendimiento (Deportes NÂ° 19) (Spanish Edition)



Synopsis

Tratado de nataciÃ³n. Del perfeccionamiento al alto rendimiento es una guÃa para el entrenamiento de la nataciÃ³n en la alta competiciÃ³n. En los primeros capÃ-tulos se introducen los principios del entrenamiento aplicados a la nataciÃ³n junto con los conceptos fisiolÃgicos y anatÃmicos como el coste energÃ©tico en la nataciÃ³n y la musculatura implicada en los diferentes estilos natatorios. A continuaciÃ³n se dedica un capÃ-tulo para el entrenamiento de cada una de las habilidades motrices bÃasicas aplicadas a la nataciÃ³n: la resistencia aerÃbica, la fuerza muscular, la flexibilidad y la velocidad. Por Ãºltimo se trata tambiÃ©n la selecciÃ³n de talentos, la planificaciÃ³n del programa de entrenamiento anual y el reglamento de nataciÃ³n. Esta obra ha sido realizada por profesores de Fundamentos y Contenidos DidÃcticos de NataciÃ³n, perteneciente a la Universidad de Vigo y de la Universidad de A CoruÃ±a.

Book Information

File Size: 5011 KB

Print Length: 259 pages

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

Publication Date: December 10, 2013

Sold by:Â 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 inÂ Books > Libros en espaÃ±ol > Deportes > Deportes AcuÃ¡ticos #16 inÂ Kindle Store > Kindle eBooks > Foreign Languages > Spanish > Deportes #28 inÂ Kindle Store > Kindle eBooks > Nonfiction > Sports > Water Sports > Swimming

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

Tratado de nataciÃ³n: Del perfeccionamiento al alto rendimiento (Deportes nÃº 19) (Spanish Edition) TRATADO DE NATACIÃ³N. Del perfeccionamiento al alto rendimiento (Spanish Edition) Futbol: El Modelo de Juego del FC Barcelona: Las Claves del Ã¡xito del Club Blaugrana (deportes,futbol,deportes futbol,futbol base futbolisimo) (Spanish Edition) AnÃ¡lisis y control del rendimiento deportivo (Deportes nÃº 24) (Spanish Edition) Balance Nutricional: Una estrategia de

alimentaciÃƒn de alto rendimiento (Spanish Edition) RadiologÃƒa de Alto Rendimiento: procedimientos intervencionistas + ExpertConsult (Spanish Edition) En otras palabras: Perfeccionamiento del espaÃƒol por medio de la traducciÃƒn (Spanish Edition) FisiologÃƒa del ejercicio fÃƒsico y del entrenamiento (Deportes nÃƒº 24) (Spanish Edition) Manual del entrenador personal: Del fitness al wellness (Color) (Deportes nÃƒº 93) (Spanish Edition) Atletismo - Iniciacion y Perfeccionamiento (Spanish Edition) El Arte del Entrenamiento Mental: Una GuÃƒa Para el Rendimiento Excelente (Spanish Edition) A Tono - Ejercicios Para Mejorar El Rendimiento del Musico Contiene CD (Spanish Edition) NATACION PARA TODOS. Una guÃƒa para nadar mejor de lo que nunca habiÃƒ a imaginado (Spanish Edition) Preparacion fisica completa para la natacion / Complete Conditioning for Swimming (Spanish Edition) 1000 ejercicios y juegos de natacion y actividades acuaticas (Spanish Edition) La Natacion/ the Science of Swimming: Ciencia Y Tecnica (Spanish Edition) Natacion para ninos / Swimming for children (Spanish Edition) Juegos Cooperativos Para La Ense?anza De La Natacion (Spanish Edition) Jugar En El Agua (Natacion) (Spanish Edition) Manual de entrenamiento del ciclista (Bicolor) (Deportes nÃƒº 12) (Spanish Edition)

[Dmca](#)