

**AULA VIRTUAL
EMITIDA EL DÍA
30 DE MAYO DE 2013:
ESTIRAMIENTOS
VS
ACORTAMIENTOS**

THINKING MECHANICS



AULA VIRTUAL: ESTIRAMIENTOS versus ACORTAMIENTOS

En el sector de la salud y el ejercicio físico existen multitud de mitos acerca de los “ESTIRAMIENTOS”. Si a este echo añadimos que prácticamente nadie habla sobre los beneficios de los “ACORTAMIENTOS” e incluso este concepto es criticado y mal interpretado, nos encontramos con un profundo desconocimiento acerca de las posibles consecuencias que pueden tener estas practicas realizadas a los verdaderos protagonistas, nuestros clientes/pacientes.

En esta aula virtual vamos a intentar darle una visión más objetiva al concepto “estiramiento” intentando profesionalizar un poco el uso de este concepto en nuestras sesiones o en nuestras terapias. Nuestro objetivo primordial es que seas consciente de todo lo que sucede cuando estás aplicando este tipo de fuerzas en rangos articulares extremos. Sobre todo que seas consciente de los resultados que puedes tener en función de cómo apliques estas fuerzas.

ESTRUCTURA DEL AULA

ESTE AULA VIRTUAL TIENE UNA DURACIÓN DE UNAS 2 HORAS APROXIMADAMENTE.

CONTENIDO DEL AULA VIRTUAL

- Podrás visualizar el Aula emitida el 30 de MAYO.
- Material extra: PDF de la presentación, PDF de ejercicios y TEST específico sobre la materia.

IMPORTANTE: Podrás acceder al contenido del aula inmediatamente después de haberla comprado y disfrutar de su contenido durante 30 días.

El **AULA** podrás verla desde cualquier dispositivo (pc, mac, ipad, android, iphone,...) mientras tengas adecuada conexión a internet. Podrás verla las veces que creas necesario durante estos 30 días.

¡NO TE PIERDAS LA OPORTUNIDAD!

REQUISITOS

Este aula está abierta para todos los profesionales y entusiastas del Ejercicio y la Salud.

Podrás comprar el curso a través de la página web.

www.resistanceinstitute.com



PREGUNTAS FRECUENTES (FAQ)

¿QUÉ APLICACIÓN PRÁCTICA TIENE ESTUDIAR ESTE TEMA?

Es importante conocer en profundidad las consecuencias de realizar acortamientos o estiramientos en la aplicación real con los clientes/pacientes.

Sin estos conocimientos podremos obtener resultados no deseados o desconocidos. En cambio, una vez profundizado en estos temas la eficiencia al aplicar ejercicio al cuerpo humano se verá altamente incrementada.

¿NECESITO SER ALUMNO DEL MASTER EN MECÁNICA DEL EJERCICIO PARA REALIZAR ESTE AULA?

Aunque este temario forma parte del Master dentro de la Resistance Institute Academy, creemos que es un tema suficientemente de interés general como para ser abordado desde un aula virtual abierta a todos los profesionales del sector del ejercicio y la salud.

¿DURANTE CUÁNTO TIEMPO PODRÉ ACCEDER A LA INFORMACIÓN?

Tienes 30 días para poder visualizar los vídeos en streaming. Los vídeos no son descargables, igual que en la Academy.

Podrás descargar los PDF del material y de los ejercicios.

Podrás realizar un test para desafiarte. Para aprobarlo necesitas superar un 6.6. Si no lo superas, tendrás 2 oportunidades más, aunque deberás esperar unos días entre un test y el siguiente.

Una vez finalizados los 30 días, el aula se cerrará y no se podrá acceder al contenido.

AULA VIRTUAL: ESTIRAMIENTOS versus ACORTAMIENTOS

INICIO DEL AULA

UNA VEZ REALICES LA COMPRA PODRÁS ACCEDER AL AULA Y VISUALIZAR EL VÍDEO DEL AULA, DESCARGARTE DPF, COMPLETAR EJERCICIOS Y REALIZAR UN TEST CUANDO QUIERAS.

FIN DEL AULA

30 DÍAS DESPUÉS DE HABER EFECTUADO LA COMPRA.

COSTE: 39 EUROS. / 3.400 TORQUES (ALUMNOS MÁSTER)

COMPRA A TRAVÉS DE LA PASARELA WEB. LOS ALUMNOS DEL MÁSTER PODRÁN CANJEAR EL AULA POR TORQUES DESDE LA RESISTANCE INSTITUTE ACADEMY

Podrás comprar el aula desde la web de Resistance Institute. Apartado AULAS YA EMITIDAS.

Los alumnos del Master pueden canjear este aula por **3.400 TORQUES**.

LUGAR

!!! DONDE QUIERAS !!! SIEMPRE QUE TENGAS UNA BUENA CONEXIÓN A INTERNET

HORAS DE CAPACITACIÓN PARA EL MÁSTER EN MECÁNICA DEL EJERCICIO

10 HORAS.

VÁLIDA PARA CONVALIDAR COMO AULA VIRTUAL OBLIGATORIA EN EL MÁSTER SEMI-PRESENCIAL EN MECÁNICA DEL EJERCICIO

PROFESOR

Daniel Martínez