

**AULA VIRTUAL:
EMITIDA EL DÍA
10 DE JULIO DE 2013
ENTRENAMIENTO
FUNCIONAL...
MÁS ALLÁ DEL NOMBRE DE
MARKETING**

THINKING MECHANICS



AULA EMITIDA: ENTRENAMIENTO FUNCIONAL

La palabra funcional está de moda actualmente en el sector del ejercicio. Por lo visto, existen unas condiciones mágicas que hacen que al ponerle dicha etiqueta a un ejercicio, este se convierta por sí mismo en algo adecuado e idóneo para mejorar la función del sistema musculoesquelético de todos los que lo realicen.

En esta aula virtual Lucas Leal aporta una visión más objetiva al concepto “entrenamiento funcional” intentando entender que hay detrás de dicho nombre de marketing.

Si entramos en el paradigma de la conceptualización de funcional, todo es susceptible de mejorar la función y de ser funcional, incluso una flexión de codo analítica (que es el ejemplo de ejercicio NO FUNCIONAL). Pero de la misma forma, cualquier ejercicio puede provocar un estrés inadecuado en el sistema músculo esquelético en determinados escenarios e individuos. Esto hace que el ejercicio funcional no exista en sí mismo, son las personas y los escenarios específicos los que crean la funcionalidad.

Aplica el concepto THINKING MECHANICS

ESTRUCTURA DEL PROGRAMA

ESTE AULA VIRTUAL TIENE UNA DURACIÓN DE 1 MES
EL VÍDEO EN DIFERIDO TIENE UNA DURACIÓN DE UNAS 2 HORAS APROXIMADAMENTE.

CONTENIDO DEL AULA VIRTUAL

- ❖ Podrás visualizar el Aula emitida el 10 de JULIO 2013.
- ❖ 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?

La aplicación de teóricos “ejercicios funcionales” sin entender de forma adecuada las fuerzas aplicadas que hay detrás de estos y sin haber valorado las capacidades individuales de cada cliente para tolerar dichas fuerzas puede llevar a muchos “profesionales” a provocar paradójicamente más lesiones y/o disfunciones. Esta charla te puede ayudar a ver con más criterio muchas de las aplicaciones creadas bajo esta nueva tendencia.

¿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 un mes 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 esperararte 3 días entre un test y el siguiente.

Si superas el examen recibirás un diploma acreditativo de haber superado el aula virtual.

Una vez finalizado el mes, el aula se cerrará.

AULA EMITIDA: ENTRENAMIENTO FUNCIONAL

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

Lucas Leal