


WEBINAR

**“PESOS LIBRES
VS
MÁQUINAS GUIADAS”**

PROS Y CONTRAS MÁS ALLÁ DE LOS
MITOS DE LA FUNCIONALIDAD

By Lucas Leal



WEBINAR: "PESOS LIBRES vs MÁQUINAS GUIADAS"

El debate interesado sobre las ventajas de los pesos libres respecto a las máquinas en relación a su funcionalidad y resultados no está fundamentado en las bases de la mecánica del Ejercicio ni de la ciencia.

El circo del Fitness está basado en leyendas urbanas y mitos que muestran la falta de fundamentos en los principios de la Física y de la Mecánica.

Entiende las propiedades y similitudes/diferencias entre los pesos libres y máquinas

Conoce las ventajas y limitaciones de cada una de ellas sin sesgo ni preferencias adquiridas y sin confundir especificidad con funcionalidad

Empieza a entender las propiedades de una buena máquina y de cómo la intensidad y estímulo es la clave más allá de la herramienta

En este webinar, Lucas Leal, autor del libro "Fundamentos de la Mecánica del Ejercicio", desglosa los pros y contras de cada herramienta y la mejor forma de poder utilizarlos con nuestros clientes para conseguir resultados con el mínimo riesgo.

CONTENIDO DEL WEBINAR

ESTE WEBINAR TIENE UNA DURACIÓN DE 90 MINUTOS APROXIMADAMENTE.

El WEBINAR podrás visualizarlo desde cualquier dispositivo (pc, mac, ipad, android, iphone,...) mientras tengas adecuada conexión a internet.

Podrás disfrutar de la grabación del webinar durante 30 días después de la realización de éste.

¡No te pierdas la oportunidad!

requisitos

Este webinar está abierto para todos los profesionales y entusiastas del Ejercicio y la Salud.

Podrás registrarte al webinar a través de la página web.

www.resistanceinstitute.com

preguntas frecuentes (faq)

A mi me han dicho que las máquinas son malas y no son funcionales o que el peso libre no sirve para rehabilitación ¿Me puede servir de algo realizar este webinar si contradice mis creencias?

Por desgracia, es posible que incluso en la facultad, no hayas podido profundizar en las bases y el análisis a fondo de estas herramientas basado en las propiedades físicas de éstas y de su resultado en la aplicación práctica más allá de los mitos asociados al sector. Los conocimientos avanzados en "Mecánica del Ejercicio" unidos al conocimiento profundo de las propiedades intrínsecas de estos materiales integrados con el "motor learning", dejan claro que existen muchas lagunas y malas interpretaciones limitan una óptima utilización de estas herramientas.

¿Necesito ser alumno de vuestra academia para realizar este webinar?

Aunque este temario es la base de la Academia (Club Biomecánica Pro y Máster en Mecánica del Ejercicio) y nuestros alumnos del Club lo tienen incluido dentro de su plataforma, creemos que es un tema suficientemente de interés general como para ser abordado desde un webinar abierto a todos los profesionales del sector del ejercicio y la salud.

¿Durante cuánto tiempo podré acceder a la información?

Podrás acceder a la grabación de éste durante 30 días.

WEBINAR: "PESOS LIBRES vs MÁQUINAS GUIADAS"

DURACIÓN WEBINAR

Una vez realices la compra podrás acceder a la grabación del webinar durante un periodo de 30 días con visualizaciones ilimitadas.

Registro a través de la página web

lugar

!!! DONDE QUIERAS !!!

profesor

LUCAS LEAL