

# **WEBINAR**

*EMITIDO:  
MIÉRCOLES 16 DE SEPTIEMBRE  
22:00 (MADRID)*

## **“BE WATER MY TENDON”**

**CÓMO ENTRENAR PARA REGENERAR  
Y NO DAÑAR NUESTROS TENDONES Y  
TEJIDO CONECTIVO**

***By Lucas Leal***

## WEBINAR: “Be water my Tendon”

CÓMO ENTRENAR PARA REGENERAR Y NO DAÑAR NUESTROS TENDONES Y TEJIDO CONECTIVO

**Conoce la estructura y el comportamiento de los diferentes tipos de tejido conectivo (tendón, ligamento) y del tejido conectivo muscular.**

**Entiende cómo responden y se adaptan nuestros tendones, ligamentos y músculos a los diferentes tipos de ejercicios.**

**Aprende a los protocolos utilizados más exitosos desde la Biología molecular, conectetur para conseguir los mejores resultados en clientes con tendinopatías, post-traumáticos ligamentosos, daño y atrofia muscular...**

Nuestro tejido conectivo es viscoelástico (medio sólido y medio fluido), lo que le confiere un comportamiento y adaptaciones muy especiales.

En esta ponencia Lucas desglosa la estructura molecular y el comportamiento de nuestro sistema músculo-esquelético para poder obtener los máximos beneficios del entrenamiento con el mínimo riesgo de lesión.

### CONTENIDO DEL WEBINAR

ESTE WEBINAR TIENE UNA DURACIÓN DE 100 MINUTOS.

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](http://www.resistanceinstitute.com)



## preguntas frecuentes (faq)

**Yo ya he estudiado biología molecular del tejido conectivo y su aplicación al ejercicio ¿Me puede servir de algo realizar este webinar?**

Por desgracia, es posible que incluso en la facultad, no hayas podido profundizar en la integración entre la biología molecular del tejido conectivo ni su aplicación dentro del entrenamiento de fuerza y des por sentado muchos aspectos que no se dominan de forma clara. Es habitual sobrevalorar nuestro conocimiento y seguir perpetuando muchos errores y estrategias ineficaces... resultado: no alcanzar los objetivos que buscas con tus clientes o contigo mismo. Este webinar te puede ayudar a entender la respuesta a las fuerzas de los diferentes tejidos corporales. La materia que se imparte es parte de la documentación de nuestra Academia (Club de la Biomecánica Pro y del Máster en Mecánica del Ejercicio). Ahora puedes poner en práctica el eslogan Thinking Mechanics de Resistance Institute.

**¿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: BE WATER MY TENDON

## 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