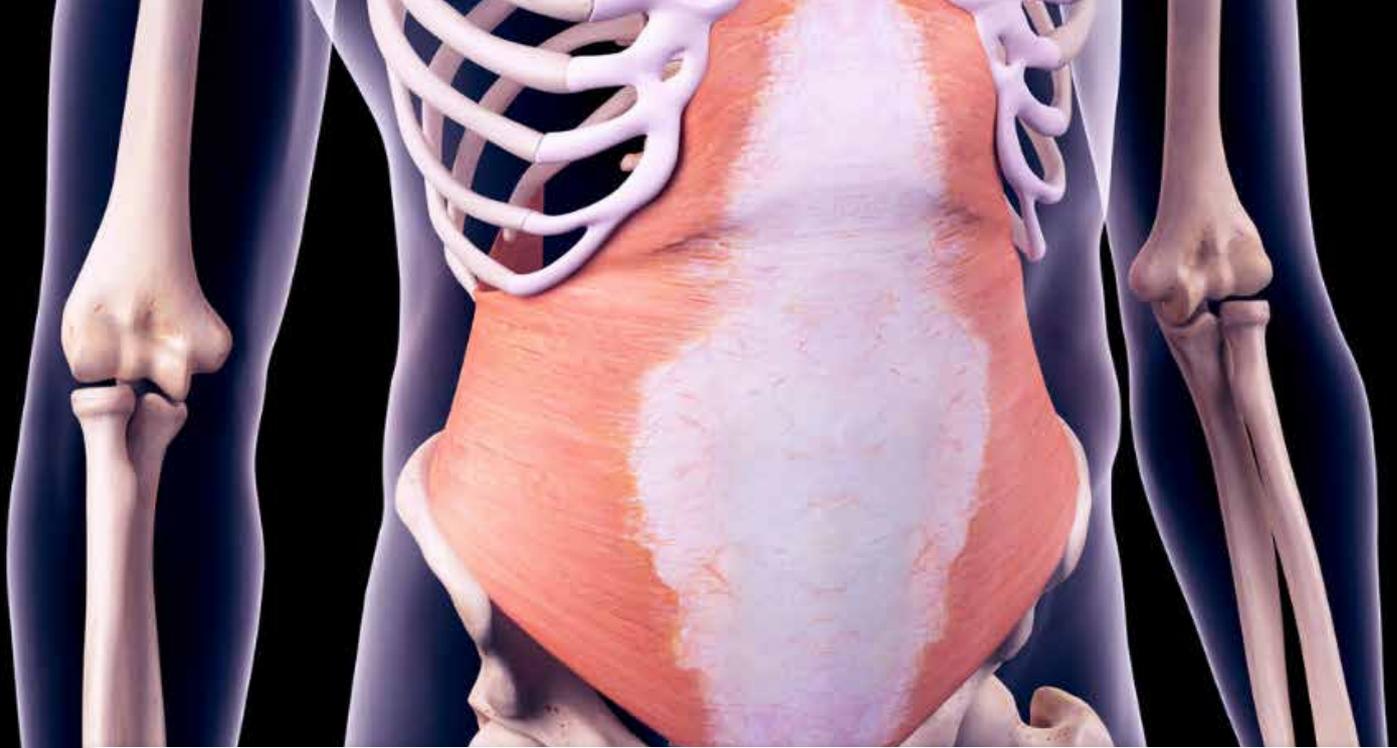


WEBINAR  
MECÁNICA DEL  
TRANSVERSO

Un análisis Biomecánico que  
te sorprenderá

Thinking Mechanics



## WEBINAR: Transverso Abdominal

**¿ES LA FUNCIÓN PRINCIPAL DEL MÚSCULO TRANSVERSO TAN DIFERENTE A LA DEL OBLÍCUO?**

**¿LA MEJOR FORMA DE ESTIMULARLO ES A TRAVÉS DEL CONTROL DE LA FAJA ABDOMINAL?**

**¿PUEDE TENER SUS FIBRAS SUPERIORES E INFERIORES DEL MISMO LADO UNA FUNCIÓN DIFERENTE?**

**¿CUAL ES SU MECÁNICA REAL SOBRE EL MOVIMIENTO DE LA COLUMNA?**

El entrenamiento de la musculatura del transverso está plagado de interpretaciones erróneas en su mecánica y función sobre la columna. En algunos casos se le atribuyen características de estabilidad únicas basadas en una supuesta mecánica que no responde a la realidad. El transverso es un músculo con una gran capacidad de rotación de la columna al mismo tiempo que, junto con los oblicuos ayuda al control de la faja

abdominal y la conexión de la fascia toracolumbar.

En este webinar **Lucas Leal** analizará su anatomía y desglosará su mecánica para controlar y/o mover la columna, integrándolo con el resto de musculatura de la faja abdominal y aclarando muchas confusiones al respecto.

ESTE WEBINAR TIENE UNA DURACIÓN DE 1 HORA APROX.

### CONTENIDO DEL WEBINAR

Podrás visualizar Webinar emitido (9-5-2020).

Material extra: webinar en diferido, PDF de la presentación.

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

**¡No te pierdas la oportunidad!**

## requisitos

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

Podrás comprar el curso a través de la página web.

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

## preguntas frecuentes (faq)

**Yo ya estudié la función de este músculo ¿Me puede servir de algo realizar este webinar?**

Muchos profesionales tendemos a subestimar lo complejo que puede llegar a ser el análisis biomecánico muscular. 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. Si eres abierto de mente y quieres entender la mecánica muscular del transverso, este webinar te puede ayudar a ver con nuevos ojos. La materia que se imparte es parte de la documentación del Master en Mecánica del Ejercicio. Ahora puedes poner en práctica el eslogan Thinking Mechanics de Resistance Institute.

**¿Necesito ser alumno del Master en Mecánica del Ejercicio para realizar este webinar?**

Aunque este temario lo tocamos dentro del Master de la Resistance Institute Academy, 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?**

Una vez abierto el webinar en diferido, tienes 30 días para poder visualizar los vídeos en streaming. Los vídeos no son descargables, igual que en la Academy.

Podrás descargarte los PDF del material.

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

# WEBINAR: MECÁNICA DEL TRANSVERSO ABDOMINAL

## DURACIÓN WEBINAR

30 días desde que se activa el contenido

## lugar

!!! DONDE QUIERAS !!!

## Panelista

Lucas Leal