

JORNADAS TÉCNICAS DE TRIATLÓN

2018



UNIVERSIDAD DE
MURCIA



20 de octubre

Facultad de Ciencias del Deporte. San Javier (Murcia)

9:00	ACREDITACIÓN
9:15	PRESENTACIÓN
9:30	VARIABILIDAD DE LA FRECUENCIA CARDIACA Y CONTROL DE ENTRENAMIENTO Dr. D. Manuel Mateo <i>Movistar Team</i>
11:00	ALIMENTACIÓN DURANTE EL ENTRENAMIENTO Y LA COMPETICIÓN EN TRIATLETAS Dra. Dña. Pilar Vilchez <i>UCAM - Federación Triatlón Región de Murcia</i>
12:30	CICLO MENSTRUAL Y RENDIMIENTO: APLICACIONES AL ENTRENAMIENTO D. José Ramón Lillo <i>Human Performance & Sports Science</i>
16:00	IDENTIFICACIÓN DE FACTORES DE RIESGO Y PREVENCIÓN DEL DOPAJE Dña. Marta Soler González <i>AEPSAD</i>
17:30	NUEVAS TENDENCIAS EN EL ENTRENAMIENTO POR POTENCIA D. Javier Sola <i>Training4all</i>
19:00	OBJETIVO TOKIO 2020 D. Fernando Martín <i>Dirección Técnica FETRI</i>
20:30	CLAUSURA

Todos los participantes estarán invitados a asistir a las clases presenciales del **IV Master en Alto Rendimiento en Deportes Cíclicos** que se impartirán el **viernes 19** de 16 a 20 h y el **domingo 21** de 9 a 19 h en el mismo lugar que las Jornadas. Profesor: **Dr. D. Jesús García Pallarés**. Contenidos: Bases del entrenamiento de resistencia, Zonas de entrenamiento y demostración práctica.

Información e inscripción: <http://triatlon.deporteenlanube.es/>

