

67 %

emen 
SPORT

ESTUDIO FISIOLÓGICO

La fisiología del ejercicio debe considerarse como una ayuda para el entrenamiento en el “día a día del deportista”.

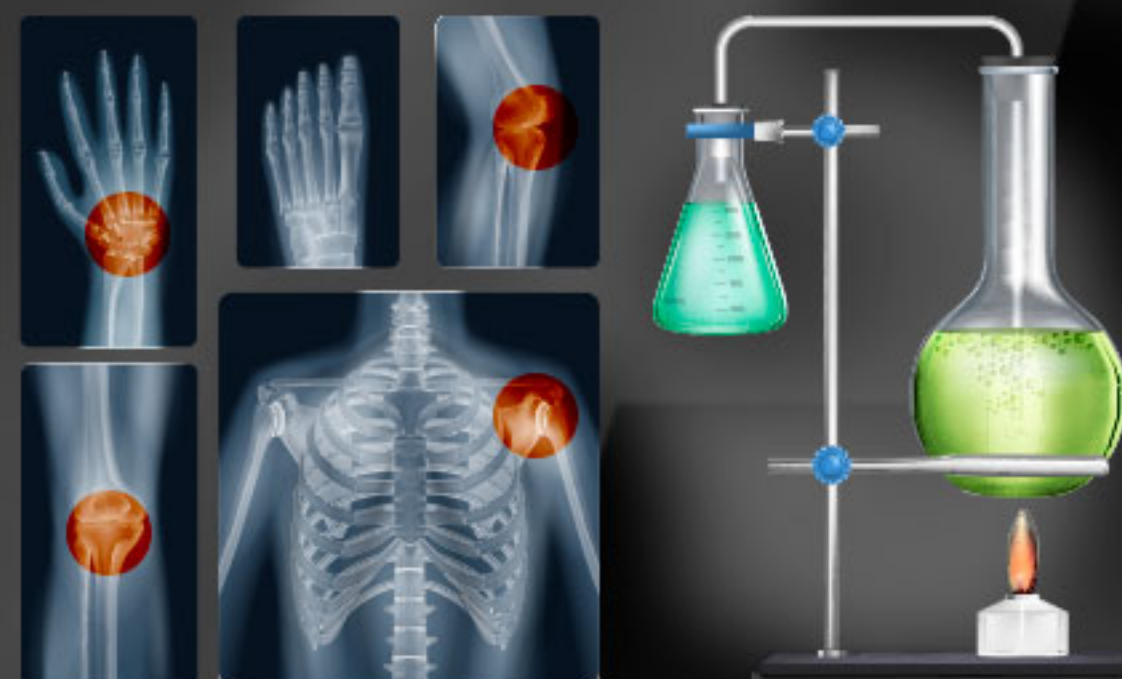


**JESÚS
ÁLVAREZ**

En **emen4sport**, realizamos un **estudio fisiológico** al deportista para determinar y detectar aquellas **áreas de mejora** y poder planificar su preparación para **lograr su máximo rendimiento con las máximas garantías**.

La fisiología del ejercicio debe considerarse como una ayuda para el entrenamiento en el “día a día del deportista”, el manejo e interpretación de indicadores fisiológicos básicos como cinética del lactato, consumo de oxígeno, frecuencia cardiaca, umbrales de entrenamiento, etc... es de obligado uso por parte de entrenadores y preparadores físicos.

La evolución de las ciencias del ejercicio y la metodología del entrenamiento deportivo experimentada en los últimos años gracias al desarrollo tecnológico y a la inclusión de la metodología de la investigación en las ciencias del ejercicio, está basada en lo que podríamos denominar **“control fisiológico del deportista”**.





**JESÚS
ÁLVAREZ**

El estudio que realizamos en Emen4sport tiene como objetivo:

- **Determinar y detectar áreas** de mejora.
- **Planificar tu preparación** con las máximas garantías para lograr el máximo rendimiento.
- **Analizar qué factores sistémicos** son alcanzados y cuales son limitantes.
- Facilitar al deportista el **conocimiento sobre su fisiología y rendimiento limitante** y proponer estímulos para poder asegurar la progresión deportiva.



249€

ANTES
279€