



El valor de la nutrición en la carga de entrenamiento del futbolista



Eka. 07 2017

Kod. 01-17

Mod.:

Aurrez aurrekoa

Edizioa

2017

Jarduera mota

Uda Ikastaroa

Data

Eka. 07 2017

Kokalekua

Eibar, Ipurua

Hizkuntzak

Gaztelera

Balio akademikoa

10 ordu

Antolakuntza Batzordea

Fundación
BBVA





Gipuzkoako Foru Aldundia
Diputación Foral de Gipuzkoa

Azalpena

El proceso de control de carga de entrenamiento en el mundo del fútbol se presenta determinante. En la medida que podamos maximizar el proceso ergonutricional de apoyo al jugador en base a su fatiga, podremos optimizar su rendimiento.

Entrenamendu-karga kontrolatzeko prozesua erabakigarria izaten da futbolaren munduan. Hortaz, jokalariaren nekearen arabera bere prozesu ergonutrizionala maximizatu ahal dugun heinean, bere errendimendua hobetuko dugu.

Helburuak

Actualizar el estado del arte en la nutrición deportiva del fútbol.

Evaluar los métodos más modernos de cuantificación de carga en el fútbol.

Establecer relación entre la carga de entrenamiento y competición en el fútbol con la nutrición.

Futbolaren kirol-elikaduraren artearen egoera gaurkotu.

Futboleko karga-kuantifikazioaren metodorik modernoek ebaluatu.

Futbolean, entrenamendu eta lehiaketa-karga eta nutrizioaren arteko lotura ezarri.

Programa

2017-06-07

08:30 - 08:45	Entrega de documentación
08:45 - 09:00	Presentación de la Jornada
09:00 - 09:20	“Reflexiones sobre la importancia de gestionar bien la nutrición en función de la carga de partido, de entrenamiento e individual” Alberto Fernández Morán S.D. Eibar - Jefe de los Servicios Médicos
09:20 - 09:40	“Control de carga en Fútbol de categorías inferiores” Imanol Martín Garechana Athletic Club - Preparador físico
09:40 - 10:00	“Educación Nutricional en el Fútbol de categorías inferiores” Aurora Cid Alonso S.D. Eibar - Nutricionista
10:00 - 10:45	“El control de la carga, variables de interés” Toni Caparrós Pons Memphis Grizzlies (NBA) - Preparador Físico, analista de datos físicos
10:30 - 11:00	“Aplicaciones nutricionales en función de la carga del partido y /o entrenamiento” M^a Antonia Lizarraga F.C. Barcelona - Nutricionista
11:00 - 11:30	Mahai ingurua: “Coloquio” Maite Fuentes Azpiroz Facultad de Educación y Deporte - UPV/EHU (Moderatzailea) Alberto Fernández Morán - Imanol Martín Garechana - Aurora Cid Alonso - Toni Caparrós Pons - M^a Antonia Lizarraga -
11:30 - 11:50	Descanso. Coffee break
11:50 - 12:00	“Los sistemas Myontec de Vitia en el entrenamiento” Eukene Gil Vitia - Directora
12:20 - 12:50	“Estrategias nutricionales en el return to play y return to training” Juan José Morillas Pedreño A.S. Mónaco F.C. - Nutricionista
	“El control de la carga en el return to play y/o return to training” Alain Gandiaga Gandiaga S.D. Eibar - Readaptador S.D. Eibar Milkel Calvo González S.D. Eibar - Readaptador S.D. Eibar
12:50 - 13:10	“Aplicaciones de la Genética en el Fútbol: intervención en la nutrición” David Celorrio Baigene
13:10 - 14:00	Mahai ingurua: “Coloquio” Javier Barrio Martínez Deportivo Alavés (Moderatzailea)

Alain Gandiaga Gandiaga -
Mikel Calvo González -
Juan José Morillas Pedreño -
David Celorrio -

14:00 - 16:00 Comida

16:00 - 16:30 “Control de carga en Fútbol Femenino”

Aritz Yarritu Carriazo Athletic Femenino - Preparador físico

16:30 - 17:00 “Control nutricional en el Fútbol Femenino”

Bárbara Sánchez Márquez Atlético de Madrid Femenino - Nutricionista

17:00 - 17:30 Descanso. Coffee break

17:30 - 18:00 “Competir y vivir, por qué entrenar es una parte más de vida”

Juan Antonio Corbalan Centro de Información Cerveza y Salud - Médico cardiólogo

18:00 - 18:30 “Recuperación ergonutricional pre, per post-partido”

Julio Calleja González UPV/EHU - Departamento de Educación física y deportiva/Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

18:30 - 19:00 “Ejemplo de la propuesta nutricional en la Real Sociedad”

José Manuel González de Suso Real Sociedad - Jefe de los Servicios Médicos

19:00 - 19:30 Mahai ingurua: “Coloquio”

Asier Zubillaga Zubiaga UPV/EHU - Doctor (Moderatzailea)
Julio Calleja González
José Manuel González de Suso -

19:30 - 19:35 Clausura

Zuzendaritza



Julio Calleja González

UPV/EHU, Profesor agregado

El Dr. Julio Calleja-González, Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y Licenciado en Educación Física por la Universidad del País Vasco. Degree in Human Sports Movements por la Universidad de Cardiff (País de Gales). Master en Alto Rendimiento Deportivo por el Comité Olímpico Español y la Universidad Autónoma de Madrid y Master en investigación por la Universidad del País Vasco. Además, ha realizado estancias post-doctorales en: EEUU, Argentina, Inglaterra, Croacia, Noruega y Australia. Reúne las titulaciones de entrenador superior de: Baloncesto, Atletismo y Natación. Julio Calleja ha sido entrenador personal de deportistas de élite como: Alberto Iñurrategui (Himalayista Top class), Eneko Acero (Bi-Campeón de Europa de Surf), Clemente Alonso (Triatleta internacional IRON MAN) y Yahaira Aguirre (Yudoka internacional). Así mismo, ha sido preparador físico del Proyecto Academia Siglo XXI de la Federación Española.



Alberto Fernández Morán

SD Eibar, Médico

Alberto Fernández ha sido en los últimos 15 años responsable de los servicios médicos del Saski Baskonia, club vitoriano de la Liga ACB y de Euroleague de baloncesto. Especializado en Medicina de la Educación Física y el Deporte, con varios masters universitarios en diferentes ramas de la medicina del deporte, Alberto Fernández cuenta en su curriculum, además de sus 15 años en el Saski Baskonia S.A.D., haber estado al frente en diferentes épocas de los servicios médicos de diferentes equipos de la selección vasca de fútbol, la selección española sub-20 de baloncesto, el Deportivo Alavés, o Amurrio Club, entre otros. Además de todo ello ha dirigido desde el año 1994 varios centros privados de Medicina del Deporte, ha ejercido como organizador y agente de controles de dopaje, ha sido profesor y ponente de varios masters, conferencias, master class y ciclos formativos en materia de medicina y fisioterapia del deporte del deporte, así como médico de urgencias y atención primaria en Osakide

Irakasleak



javier Barrio Martínez

Club Deportivo Alavés

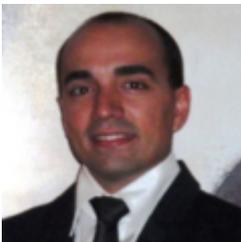
MEDICO ESPECIALISTA EN MEDICINA DEL DEPORTE. Responsable MEDICO DEL ALAVES DE PRIMERA DIVISION DE FUTBOL



Mikel Calvo González



Toni Caparrós Pons



David Celorrio

Baigene SL, CEO-Director Técnico

Prof. Dr. Internacional en Genética por la Universidad del País Vasco UPV/EHU. Licenciado en Farmacia y Máster en Análisis Forense por la Universidad del País Vasco UPV/EHU. Co-autor de 11 artículos científicos publicados en revistas internacionales. Inventor de 3 patentes estatales y 1 una internacional. Co-fundador de BAIGENE S.L. Experto en búsqueda y análisis de polimorfismos genéticos y de su

posterior interpretación y tratamiento estadístico para la aplicación directa al deporte y a la nutrición deportiva.



Aurora Cid Alonso

Aurora Cid Alonso Ver cursos por Aurora Biografía Diplomada en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad del País Vasco (UPV) y Postgrado en Nutrición en la Infancia y Adolescencia en la Universidad de Navarra. Más tarde su inquietud por trabajar en un campo diferente le llevo a formarse en Nutrición Deportiva, realizó el Máster en Cineantropometria y Nutrición Deportiva impartido en la Universidad de Valencia, y numerosos cursos de formación continua. Tiene amplia experiencia con deportistas de Alto Rendimiento en diferentes disciplinas deportivas. Actualmente es la nutricionista tanto del primer equipo de la SD Eibar de primera división, como del Fútbol Base. También colabora con el Equipo Ciclista Seguros Bilbao, que compete en categoría Elite y Sub 23. Colabora en el blog de la Asociación Catalana de Dietistas-Nutricionistas especializados en Deporte (ADNEEC), y participa como colaboradora hablando sobre Alimentación y Nutrición Deportiva en Radio Marca Eibar.



Juan Antonio Corbalan



Maite Fuentes Azpiroz

Doctora en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Licenciada en Educación Física. Diplomada en Educación Primaria. Profesora de la Universidad del País Vasco (UPV/EHU). Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del deporte.



Alain Gandiaga Gandiaga

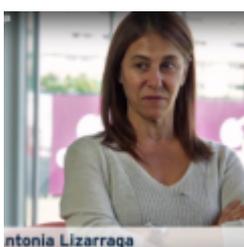


Eukene Gil



José Manuel González de Suso

Miembro del Staff médico de la Real Sociedad de Fútbol desde el año 2002, y Jefe de Servicio Médico desde el 2008.



M^a Antonia Lizarraga

Dra. M^a Antonia Lizarraga Dallo. Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad de Navarra. Especialista en Medicina de Educación Física y Deporte por la Universidad de Barcelona Máster en Nutrición y Ciencias de los alimentos Universidad de Barcelona. Profesora del Grado de Nutrición Humana y Dietética. Nutricionista del FC BARCELONA.



Imanol Martin Garechana



Juan José Morillas Pedreño



Aritz Yarritu Carriazo



Bárbara Sánchez Márquez

BÁRBARA SÁNCHEZ MÁRQUEZ. FORMACION. Diplomada NHD. UAX 2008. Graduada NHD. UAX 2011. Máster Nutrición Clínica UB. Curso de Posgrado. Nutrición y obesidad. EXPERIENCIA. PROFESIONAL. Actualidad. Nutricionista en consulta privada en centro de Nutrición. Nutricionista Atlético de Madrid. Profeso



Asier Zubillaga Zubiaga

Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Licenciado en Educación Física. Diplomada en Educación Primaria. Profesor de la Universidad del País Vasco (UPV/EHU) y Director del Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del deporte.

Matrikula prezioak

MATRIKULA	2017-05-31 ARTE	2017-06-07 ARTE
OROKORRA	34,00 EUR	40,00 EUR
MATRIKULA MURRIZTUA	20,00 EUR	-
MATRIKULA EXENTZIOA	20,00 EUR	20,00 EUR
MATRIKULA BEREZIA	-	20,00 EUR

Kokalekua

Eibar, Ipurua

Ipurua Kalea, 2, 20600 Eibar, Gipuzkoa

Gipuzkoa