

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



07.Eka

Kod. 01-17

Edizioa

2017

Jaduerara mota

Ikastaroa

Data

07.Eka

Kokalekua

Eibar, Ipurua

Hizkuntzak

Gaztelera

Balio akademikoa

10 ordu

Web

<http://www.sdeibar.com/verano>

ZUZENDARITZA

Julio Calleja González, UPV/EHU, Profesor agregado

Alberto Fernández Morán, SD Eibar, Médico



Antolakuntza Batzordea

Fundación **BBVA**



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 modernoenak ebaluatu.

Futboleko, 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 Martin 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	“Coloquio” Maite Fuentes Azpiroz Facultad de Educación y Deporte - UPV/EHU (Moderatzailea) Alberto Fernández Morán - Imanol Martin 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
Mikel 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 “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 Futbol 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”

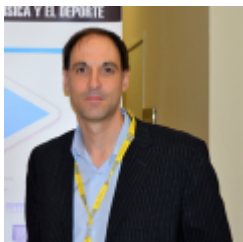
José Manuel González de Suso Real Sociedad - Jefe de los Servicios Médicos

19:00 - 19:30 “Coloquio”

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

19:30 - 19:35 Clausura

Zuzendariak



Julio Calleja González

UPV/EHU, Profesor agregado
(VITORIA)

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 Iñurategui (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
(EIBAR)

Irakasleak



javier Barrio Martínez

Club Deportivo Alavés
(vitoria)



Julio Calleja González

UPV/EHU, Profesor agregado
(VITORIA)

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 (Hymalayista 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.



Mikel Calvo González



Toni Caparrós Pons



David Celorrio

Baigene SL, CEO-Director Técnico
(Vitoria-Gasteiz)

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



Juan Antonio Corbalan



Alberto Fernández Morán

SD Eibar, Médico
(EIBAR)



Maite Fuentes Azpiroz



Alain Gandiaga Gandiaga



Eukene Gil



José Manuel González de Suso



M^a Antonia Lizarraga



Imanol Martin Garechana



Juan José Morillas Pedreño



Bárbara Sánchez Márquez

(Madrid)



Aritz Yarritu Carriazo



Asier Zubillaga Zubiaga

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