

CURSO DE BIOMECÁNICA APLICADA AL CICLISMO
ANÁLISIS CINEMÁTICO CON EL NUEVO PROGRAMA
"CYCLING 2DMA" DE STT SYSTEMS



JUSTIFICACIÓN

En la actualidad existen numerosos sistemas de análisis de movimientos humanos, pero aún los sistemas en 2D son los que más se usan en los estudios biomecánicos.

La nueva interfaz del programa de análisis en 2D requiere de un entrenamiento para sacarle el máximo partido al sistema.

OBJETIVOS

Establecer un protocolo de análisis y ajuste biomecánico común con el nuevo programa "Cycling 2DMA".

Repasar conceptos biomecánicos de análisis aplicado al ciclismo.

INSCRIPCIÓN

Debe de realizarse en el correo adrianmoro@entrenamientociclismo.com indicando su nombre completo, titulación académica, dirección de correo electrónico y teléfono de contacto, y se le enviará la vía y forma de pago (290€).

(Incluida la comida del sábado)

Si no recibe respuesta es que su mail no me ha llegado y le ruego que vuelva a enviar su inscripción a adrianmoro@entrenamientociclismo.com

FECHA Y LUGAR

El total del curso tendrá lugar en las instalaciones de "Entrenamiento Ciclismo" (Calle Doctor Guiu, 31. Madrid, España).

Las fechas programadas para la realización del curso son: sábado y domingo, 18-19, de enero de 2020.

CONSIDERACIONES

- El máximo número de alumnos permitidos es de 6*

*En caso de verse superada con creces dicha cifra, y con la intención de que ninguna persona interesada se quede sin plaza, se ampliaría el número de alumnos, y se trasladaría la realización del curso a la Universidad Europea de Madrid (Villaviciosa de Odón, Madrid).

- La organización se reserva el derecho de cambio de fechas y/o lugar de celebración, así como el derecho de anulación del curso, avisando siempre con antelación.
- El horario se podrá modificar de acuerdo a las necesidades del curso.
- Los asistentes tendrán descuento en la adquisición del sistema "Cycling 2DMA": 3.110€ (precio sin IVA ni envío incluidos)

PROFESORADO

JAVIER FERNÁNDEZ ALBA



- Licenciatura de Ciencias Biológicas por la Universidad Autónoma de Madrid
- Máster de Alto Rendimiento por el Comité Olímpico Español
- Entrenador Nacional de Ciclismo por la Real Federación Española de Ciclismo
- Diversos cursos de Fisiología del Ejercicio y Biomecánica del Ciclismo.
- CEO & Founder Entrenamiento Ciclismo
- Director de la Escuela Nacional de Entrenadores de la Real Federación Española de Ciclismo (2014-Actualidad).
- Presidente y Director Técnico Federación Madrileña de Ciclismo (2009- Actualidad)

ADRIÁN MORO MUÑOZ



- Graduado en Podología, por la Universidad Complutense de Madrid,
- Especialista en Biomecánica y Ortopedia de la extremidad inferior en la actividad física, por la Universidad Rey Juan Carlos,
- Estudiante de Fisioterapia.
- Profesor en Curso de Biomecánica Aplicada al Ciclismo de la Real Federación española de Ciclismo. Niveles II y III.
- Curso de Biomecánica aplicada al ciclismo, nivel I. Impartido por la Real Federación Española de Ciclismo.
- Curso de Biomecánica aplicada al ciclismo, nivel II. Impartido por la Real Federación Española de Ciclismo.

CONTENIDOS

- Presente y futuro de los sistemas de análisis biomecánico

Javier Fernández Alba

Breve repaso de la historia de la biomecánica: de dónde venimos y hacia dónde vamos. Explicación de análisis en 2D y su diferencia con sistemas en 3D.

- Modalidades de ciclismo. Materiales.

Javier Fernández Alba

Explicación técnica sobre modalidades de ciclismo, diferencia de materiales y necesidad de ajuste en la posición que el ciclista adopta sobre la bicicleta.

- Medidas UCI

Javier Fernández Alba

Lectura de las principales restricciones en medidas que la Unión Ciclista Internacional obliga a todos los corredores a llevar en sus bicicletas.

- Lesiones más prevalentes en ciclismo

Adrián Moro Muñoz

Evidencia científica de las patologías más comunes que presentan los ciclistas.

- Protocolo de análisis biomecánico

Adrián Moro Muñoz

Establecimiento de unas bases en cuanto al protocolo que debe seguirse durante un estudio biomecánico.

- Anamnesis y Valoración funcional del ciclista

Adrián Moro Muñoz

Explicación de los factores que debe tenerse en cuenta para realizar el ajuste a un ciclista. Se ofrecerán una serie de test clínicos para poder interpretar el estado físico del ciclista.

- Ajuste de calas

Adrián Moro Muñoz

Propuesta de ajuste de calas.

- Colocación de marcadores

Adrián Moro Muñoz

Explicación detallada de la colocación de marcadores en este sistema. Práctica.

- Cinemática de las principales modalidades ciclistas

Adrián Moro Muñoz

Lectura y explicación de las diferencias que existen en los valores cinemáticos de las modalidades de ciclismo más extendidas.

HORARIO

	SÁBADO	DOMINGO
9:00 – 10:00		Cinemática de las principales modalidades ciclistas
10:00 – 10:30		Ajuste de calas
10:30 – 11:00	DESCANSO	
11:30 – 12:00	Recepción de alumnos y presentación del curso	Colocación de marcadores
12:00 – 12:45	Presente y futuro de los sistemas de análisis biomecánico	Práctica real con "Cycling 2DMA"
12:45 – 13:30	Modalidades de ciclismo. Materiales.	
13:30-14:00	Medidas UCI	
14:00 -16:00	COMIDA	
16:00 – 17:00	Lesiones más prevalentes en ciclismo	
17:00 – 17:30	Protocolo de análisis biomecánico	
17:30-18:00	DESCANSO	
18:00 – 20:00	Anamnesis y Valoración funcional del ciclista	