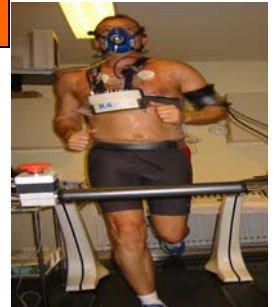


PLAN MEDICO-DEPORTIVO Y PREPARACION FISICA 2009

Unidad de Medicina Deportiva POLICLINICA GIPUZKOA - CENTRO DEPORTIVO BALANCE

1. RECONOCIMIENTO MEDICO

Valoración Funcional con análisis de Gases
Test de Idoneidad con opción Lactatos



2. PREPARACION FISICA PERSONALIZADA

Objetivos de Entrenamiento
Contenidos de Entrenamiento
Programación del Entrenamiento



3. SEGUIMIENTO, REVISION Y CONTROL DEL RENDIMIENTO



4. FEEDBACK Y CONOCIMIENTO DE RESULTADOS

Test de entrenamiento
Pruebas de esfuerzo periódicas
Test de potencia
Test de resistencia al esfuerzo muscular



*** PLANES INDIVIDUALES Y PLANES PARA GRUPOS**

*** SERVICIOS DE APOYO COMPLEMENTARIO**

Nutrición deportiva
Fisioterapia
Pilates para deportistas



Dr. Enrique Pérez de Ayala

Unidad de Medicina Deportiva-Policlinica Gipuzkoa

Tfno: 943 002738

E-mail: medicinadeportiva@policlinicagipuzkoa.com

Web: www.medicinadeportiva.net

Dn. Iker Fernández Bueno

Centro Deportivo Balance- C/Secundino Esnaola n°3-1°

Tfno: 646 933 555

E-mail: info@preparacionfisicagipuzkoa.com

web: www.preparacionfisicagipuzkoa.com