



OBJETIVOS DEL CURSO

- Definir las propiedades del entrenamiento de fuerza como herramienta terapéutica.
- Presentar la evidencia científica actual sobre los beneficios del trabajo excéntrico a nivel músculo-esquelético.
- Familiarizarse con los fundamentos del ejercicio isoinercial en el ámbito de la readaptación y la recuperación funcional desde una visión neuromuscular.
- Conocer las diversas posibilidades que Epte® Inertial Concept y sus complementos pueden ofrecer a nivel terapéutico y preventivo.
- Elaborar protocolos de recuperación funcional en base a los diversos parámetros que influyen de forma directa (número de sesiones, descansos, volúmenes de trabajo, etc...)
- Diseñar y establecer ejercicios terapéuticos orientados a las alteraciones, desequilibrios musculares o lesiones que presenten.
- Establecer las correctas sinergias entre Epte® Electrólisis Percutánea Terapéutica y el ejercicio isoinercial con Epte® Inertial Concept.

INFORMACIÓN

- INSCRIPCIÓN y CONDICIONES
isoinercial.electrolisisterapeutica.com/formacion/
- DURACIÓN: 15 horas
- PRECIO de la FORMACIÓN **250€**

CURSO EPTE® INERTIAL FUNCTIONAL TRAINING Movement Therapy

Epte 
inertial concept



Epte 
inertial concept

PROGRAMA del CURSO

PARTE TEÓRICA

1. INTRODUCCIÓN AL TRABAJO ISOINERCIAL
2. PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO APLICADOS A LA RECUPERACIÓN DE LESIONES
3. CARACTERÍSTICAS DEL ENTRENAMIENTO DE FUERZA CON FINES TERAPÉUTICOS

4. TIPOS DE ENTRENAMIENTO DE FUERZA Y SU PROGRESIÓN
(concéntrico, isométrico y excéntrico)

5. PLANIFICACIÓN Y PROGRAMACIÓN DE LAS CARGAS DE ENTRENAMIENTO

6. DISEÑO DE LA BIOMECÁNICA DEL GESTO (laboral, deportivo,...) Y SU ADAPTACIÓN A EPTE® INERTIAL CONCEPT

PARTE PRÁCTICA

1. EJERCICIOS PREPARATORIOS (calentamiento) O INTRODUCTORIOS A LA SESIÓN DE TRABAJO

2. EJERCICIOS ANALÍTICOS
- Extremidad superior
- Extremidad inferior
- Parte central (CORE)

3. EJERCICIOS FUNCIONALES
- Extremidad superior
- Extremidad inferior
- Parte central (CORE)

