



MÁSTER EN

"TÉCNICAS EXPERIMENTALES EN QUÍMICA" **Dpto. de Química Analítica y Dpto. de Química Inorgánica**

COMPETENCIAS TRANSVERSALES

Curso: "Bases científicas del entrenamiento deportivo: una aplicación a un deportista de élite"

Prof. Responsable: Dr. Eduardo Cervelló Gimeno
(Universidad Miguel Hernández de Elche)

PROGRAMA

6-5-2011 (viernes), 15:30 h: Dr Eduardo Cervelló Gimeno

- La actividad física en la sociedad actual.
- Actividad física salud y prevención
- Actividad física y obesidad

13-5-2011 (viernes), 15:30 h: Dr Néstor Vicente-Salar

- Introducción a la nutrición básica
- Aplicaciones dietético-nutricionales en deportes específicos: carreras de fondo
- Ejercicio práctico: valoración cualitativa de planificaciones dietéticas

19-5-2011 (jueves), 16:30 h: Dr Enrique Roche Collado

- Ayudas ergogénicas de carácter nutricional
- Ayudas ergogénicas de carácter no nutricional
- Ejercicio práctico: Trabajo sobre la publicidad de ayudas ergogénicas
- Presentación del Servicio de Nutrición Deportiva de la UMH