

JORNADAS DE CICLISMO MEDS
19/4/2018

HORARIO

- | | |
|-----------------|---|
| 18:00 – 18:20 h | Eficiencia biomecánica en el pedaleo.
Klgo. Esteban Sepúlveda. Laboratorio de Biomecánica, Clínica MEDS. |
| 18:20 – 18:40 h | Nutrición y ayudas ergogénicas en el ciclismo.
Dr. Álvaro Bustamante. Medicina Deportiva, Clínica MEDS. |
| 18:40 – 19:00 h | Entrenamiento en Hipoxia y desempeño.
Klgo. Cristián Rojas, entrenador en hipoxia & Sr. Daniel Bretti, entrenador selección nacional de ciclismo de ruta. |
| 19:00 – 19:20 h | Discusión y Preguntas. |
| 19:20 – 19:40 h | Café. |
| 19:40 – 20:00 h | Uso de accesorios plantares en el ciclismo.
Srta. Francisca Rocha & Camila Castillón. Terapia Ocupacional, Clínica MEDS. |
| 20:00 – 20:20 h | Planificación del entrenamiento.
Sr. Vicente Muga. Preparador físico, Cycling MEDS. |
| 20:20 – 20:40 h | Factores externos que afectan el rendimiento del ciclista.
Sr. Cristóbal Silva, entrenador selección nacional de ciclismo de montaña. |
| 20:40 – 21:00 h | Discusión y Preguntas. |