Fundación RFEF

UCLM UNIVERSIDAD DE CASTILLA-LA MANCHA

Asociación APF Preparadores Físicos

VII MASTER UNIVERSITARIO DE PREPARACIÓN FÍSICA EN FÚTBOL

1º CURSO

HORARIO PRESENCIAL 3:
LUGAR AULAS ZARRA Y GENTO

13 de diciembre de 2013

HORAS	PROFESORES
10:00 – 11.30	- AREA II: CONDICIONAL : " METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DE LA FLEXIBILIDAD" PROFESOR: LUIS CASAIS (TEÓRICA)
11.30 – 14:15	- AREA II: CONDICIONAL : " METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA" PROFESOR: EDUARDO DOMINGUEZ (TEÓRICA)
14:15 – 15:30	COMIDA: RESIDENCIA RFEF
15:30 – 17:00	- AREA II: CONDICIONAL : " METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA" PROFESOR: EDUARDO DOMINGUEZ (PRÁCTICA) Campo
17:00 – 18:15	- AREA II: CONDICIONAL : METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DE LA FLEXIBILIDAD LUIS CASAIS (PRACTICA). Grupo 1, Aula METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA EDUARDO DOMINGUEZ (PRÁCTICA), Grupo 2, Gimnasio
18.15-19.30	- AREA II: CONDICIONAL : METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DE LA FLEXIBILIDAD LUIS CASAIS (PRACTICA). Grupo 2, Aula METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA EDUARDO DOMINGUEZ (PRÁCTICA), Grupo 1, Gimnasio -

- **Estos horarios pueden sufrir modificaciones con arreglo a las necesidades y ajustes de la programación.**
- **La práctica de flexibilidad es en el gimnasio y la de fuerza tiene una parte de gimnasio y otra en el campo , con lo que es necesario asistir con la equipación adecuada.**