



## INFORMACIÓN

### · INSCRIPCIÓN y CONDICIONES

[isoinercial.electrolisisterapeutica.com/formacion/](http://isoinercial.electrolisisterapeutica.com/formacion/)

- DURACIÓN: 15 horas
- PRECIO de la FORMACIÓN 250€



## 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.



## CURSO EPTE® INERTIAL FUNCTIONAL TRAINING

**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)

**Epte**   
inertial concept