



Fecha: 18 de mayo de 2012

Horario: 12:00-14:00 h.

Lugar: Aula 1 Edificio Atzavares

Campus de Elche

Avda. de la Universidad, s/n, 03202 Elche (Alicante)

Resumen: El salto vertical es una habilidad frecuentemente utilizada en diversas modalidades deportivas, siendo en algunas de ellas determinante para el rendimiento. El éxito en el salto depende considerablemente de la capacidad del deportista de aprovechar la ventaja que ofrece el ciclo de estiramiento acortamiento (CEA). Se ha demostrado que la eficacia del CEA en el salto depende de aspectos como el nivel de activación del músculo al empezar la fase concéntrica, la reducción del retraso entre las fases excéntrica y concéntrica (fase de acoplamiento), el rango de movimiento articular de la fase excéntrica y la velocidad con la que se produce la fase excéntrica. El proyecto que se presenta pretende evaluar el efecto de la interacción entre estas dos últimas con el fin de encontrar criterios que permitan optimizar, a partir de las características individuales, la técnica del salto.



ACCESO LIBRE

