

MASTER COACH - Libre

<https://www.mastercoach.app/>

Mecánica de la carrera, métricas y biofeedback. De la teoría a la práctica



DESCRIPCIÓN:

Este webinar está diseñado para que los profesionales del fitness y la salud desarrollen y mejoren sus conocimientos teóricos y prácticos sobre el running. El taller presentará los fundamentos clave de la cinemática de la carrera, las métricas principales a considerar cuando se evalúa la técnica y la importancia del entrenamiento de cadencia. Todo llevado a la aplicación práctica gracias al Bio feedback a tiempo real que nos ofrece Skillrun.

DOCENTE

?Lic. D. Jordi García Gracia

DURACIÓN: 1.5h

FECHA DE PUBLICACIÓN: Junio de 2022

Link to Original article: <https://www.mastercoach.app/libre/mecanica-de-la-carrera-metricas-y-biofeedback-de-la-teoria-a-la-practica?elem=317832>