

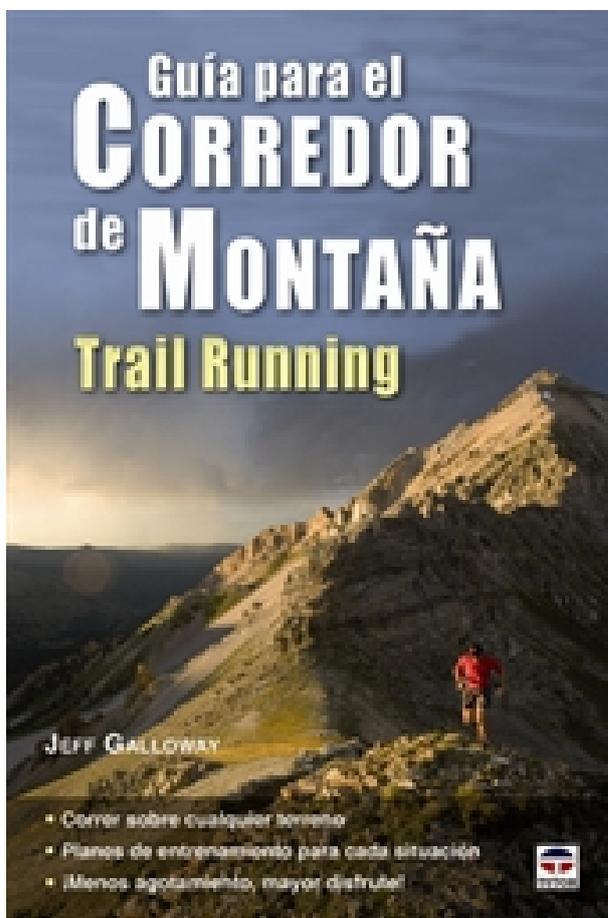
NOVEDADES EDITORIALES

[novedades.pdf](#)

Si es usted **editor** o **autor** y quiere que difundamos sus publicaciones, envíenos un ejemplar para que aparezcan en esta sección.

GUÍA PARA EL CORREDOR DE MONTAÑA TRAIL RUNNING

Jeff Galloway



PRECIO SIN IVA: 17,31 €
PRECIO CON IVA: 18,00 €

- » ISBN: 978-84-7902-988-3
- » Páginas: 192
- » Referencia: 502117
- » Formato: 15,5 x 23,5 cm
- » Encuadernación: Rústica

Sinopsis

Todos los conocimientos necesarios para dar el salto con éxito del asfalto a la montaña.

Para experimentar la verdadera belleza y libertad de correr en un entorno natural, y si las carreras por la ciudad empiezan a hacerse monótonas, el trail running es la manera de mejorar la experiencia de carrera. El atractivo de iniciarse en esta modalidad está en encontrar el propio camino por senderos de

montaña y establecer los objetivos personales, porque ninguna carrera de trail puede compararse a otra.

El gurú del running Jeff Galloway brinda en esta Guía para el corredor de montaña. Trail running su particular enfoque sobre cómo

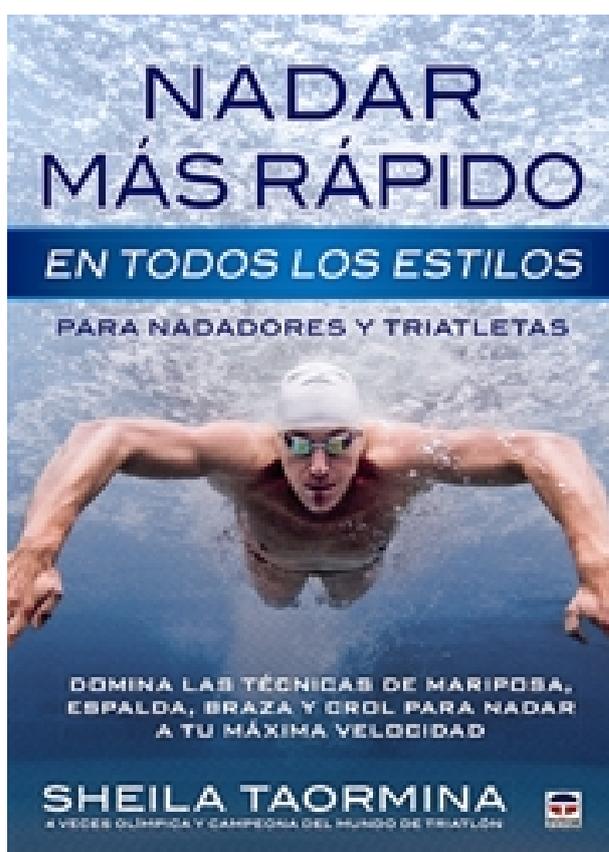
empezar, garantizando un estilo de carrera libre de lesiones. Con su método Correr-Caminar-Correr (Run-Walk-Run™), Jeff ayuda a los principiantes a iniciarse correctamente en el trail running. Al mismo tiempo, los corredores avanzados podrán emplear un programa especializado que les ayudará a prevenir el sobreentrenamiento, lesiones y otros contratiempos con los que podrían toparse durante las sesiones intensas de entrenamiento. El libro expone también la extensa variedad de productos para trail running existente, sobre todo la amplia gama de zapatillas especializadas. Todo aquel que desee pasarse al trail running, encontrará aquí la guía básica para hacerlo.

Jeff Galloway

Jeff Galloway ha completado más de 100 maratones. Sus innovadoras ideas han permitido que prácticamente todo el mundo sea capaz de correr y completar la Media Maratón

NADAR MÁS RÁPIDO EN TODOS LOS ESTILOS. PARA NADADORES Y TRIATLETAS

Sheila Taormina



PRECIO SIN IVA: 24,04 €
PRECIO CON IVA: 25,00 €

- » ISBN: 978-84-7902-984-5
- » Páginas: 224
- » Referencia: 500598
- » Formato: 17 x 24 cm
- » Encuadernación: Rústica

Sinopsis

En su anterior libro Natación. Los secretos para nadar más rápido, la nadadora olímpica y medalla de oro Sheila Taormina dio a conocer la técnica de crol utilizada por los nadadores más rápidos del mundo. Sus lectores avalaron con la mejora en sus tiempos la eficacia de esa técnica.

Ahora, en Nadar más rápido en todos los estilos, Sheila

Taormina muestra a nadadores y triatletas cómo alcanzar su máxima velocidad al nadar en los cuatro estilos: mariposa, espalda, braza y crol.

Con fotografías claras como el agua y su estilo entusiasta y directo, la ahora entrenadora Sheila Taormina explica la ciencia que subyace a la potencia y la velocidad en el agua, analiza los elementos que tienen en común los cuatro estilos y examina la técnica de cada uno.

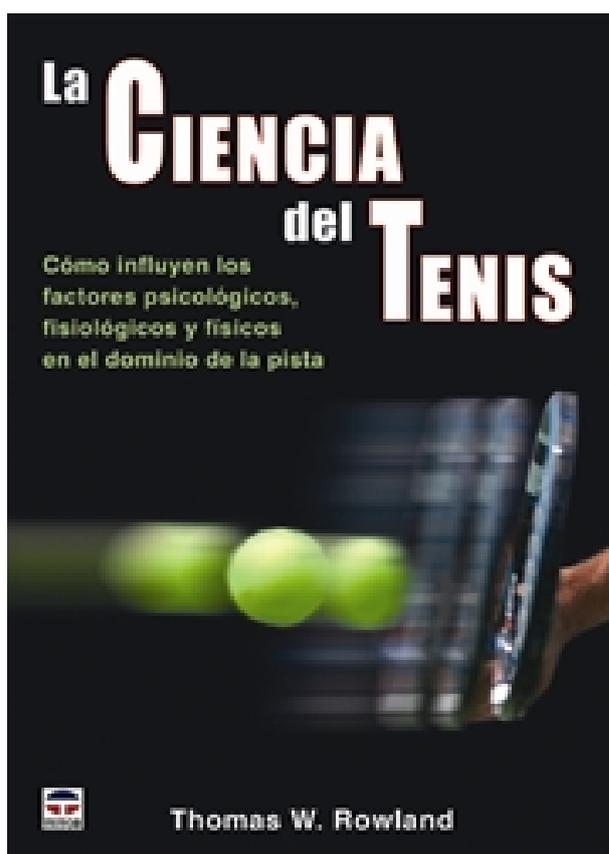
Nadar más rápido en todos los estilos incluye fotografías de nadadores de élite, como Peter Vanderkaay, Rebecca Soni, Aaron Peirsol, Rowdy Gaines y muchos otros. Imágenes tomadas sobre y bajo el agua que desvelan la técnica ganadora que ha llevado a estos atletas a lo más alto de este deporte. Tanto si quieres dominar los cuatro estilos, como si quieres mejorar en uno de ellos, Nadar más rápido en todos los estilos te hará el nadador más fuerte que puedas llegar a ser.

Sheila Taormina

Sheila Taormina ha competido en cuatro Juegos Olímpicos, en tres deportes distintos: natación, triatlón y pentatlón moderno. Su excepcional técnica de crol le llevó a ganar una medalla de oro en los JJ. OO. de 1996 y el Campeonato Mundial de Triatlón ITU en 2004. Ha entrenado a nadadores de élite y a triatletas durante más de 15 años y cada año realiza docenas de clinics de natación por todo el mundo.

LA CIENCIA DEL TENIS

Thomas W. Rowland



PRECIO SIN IVA: 19,18 €
PRECIO CON IVA: 19,95 €

- » ISBN: 978-84-7902-987-6
- » Páginas: 208
- » Referencia: 500600
- » Formato: 17 x 24 cm
- » Encuadernación: Rústica

Sinopsis

La ciencia del tenis analiza, de forma incitante y original, la ciencia, la psicología y la historia del deporte individual más popular del mundo, en busca de los factores que influyen en el éxito en la pista. Los resultados no solo le sorprenderán sino que cambiarán su forma de entender el juego.

Basado en las más

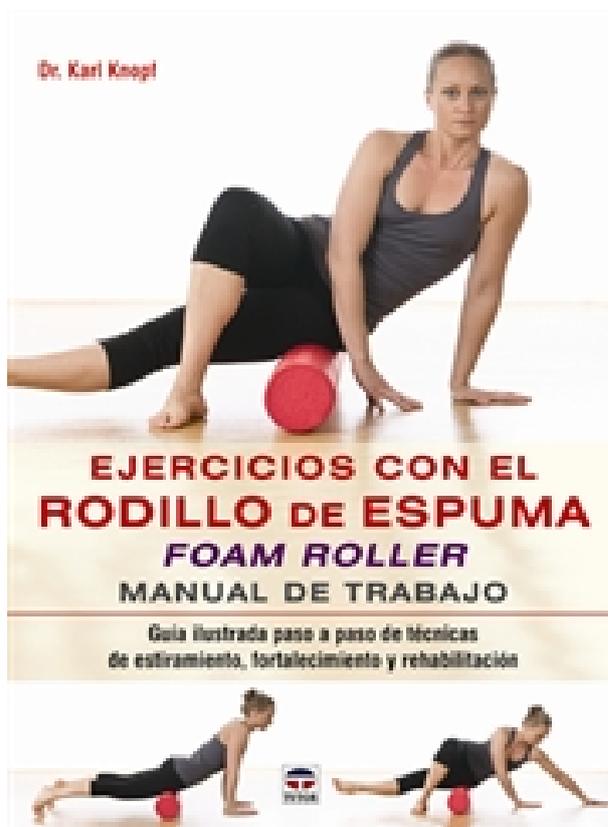
recientes investigaciones, estadísticas y análisis, La ciencia del tenis ofrece fascinantes conocimientos y observaciones sobre progresión, preparación física y rendimiento:

- Cuándo y cómo se aprenden mejor las habilidades de juego
- Por qué la presión afecta a unos jugadores y no a otros
- ¿Observar a otros puede mejorar el juego individual?
- ¿Hay alguna conexión entre la personalidad del jugador y el estilo de juego?
- Cómo y por qué la altura influye en la velocidad del saque
- Los grandes jugadores, ¿nacen o se hacen?

También descubrirá cómo aplicar las leyes de la física para aumentar la precisión y consistencia de los golpes y servicios, cómo estructurar el entrenamiento para minimizar el cansancio en los partidos de larga duración y cómo la tecnología ha afectado al modo en que se juega, se arbitra y se entrena el tenis.

Thomas W. Rowland

Thomas W. Rowland es un competitivo tenista y corredor de fondo. Especialista en cardiología pediátrica, ha sido profesor adjunto de Ciencia de la Actividad Física en la University of Massachusetts y ha pertenecido a la Junta Directiva del American College of Sports Medicine (ACSM).



EJERCICIOS CON EL RODILLO DE ESPUMA FOAM ROLLER. MANUAL DE TRABAJO

Karl Knopf

PRECIO SIN IVA: 12,02 €
PRECIO CON IVA: 12,50 €

- » ISBN: 978-84-7902-985-2
- » Páginas: 96
- » Referencia: 502116
- » Formato: 19,5 x 26,5 cm
- » Encuadernación: Rústica

Sinopsis

El rodillo de espuma (foam roller), que antes se usaba exclusivamente en fisioterapia, ha logrado introducirse en los centros de yoga, los estudios de Pilates, los gimnasios y los hogares. Con la utilización de este sencillo aparato se puede:

- Mejorar la fuerza de la zona media (core)
- Incrementar la flexibilidad
- Liberar tensión
- Aliviar dolores
- Rehabilitar lesiones

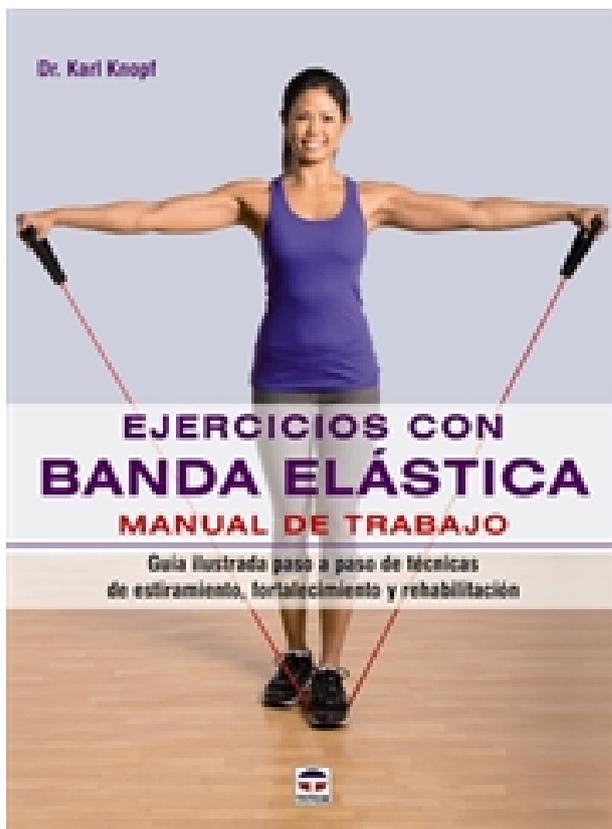
Ejercicios con el rodillo de espuma Foam Roller ofrece 50 ejercicios eficaces, con instrucciones y fotografías paso a paso, para ayudarle a lograr una postura, un equilibrio y una relajación mejores. Están agrupados por series según la posición sobre el rodillo y con una serie dedicada a masaje. También ofrece programas específicos para un amplio abanico de deportes, entre otros: baloncesto, golf, natación y running. Elija el que mejor se ajuste a sus necesidades o use estos ejemplos para crear su propia rutina.

Karl Knopf

Karl Knopf ha trabajado durante más de 30 años en la salud y puesta en forma de personas mayores, así como en la de discapacitados. Como consultor de numerosas becas de los National Institutes of Health, Knopf ha sido asesor para la serie de ejercicios «Sit and Be Fit», de la cadena de televisión PBS, y sobre asuntos relacionados con los discapacitados del estado de California. Es moderador y conferenciante habitual sobre el bienestar de las personas mayores, y ha colaborado en una gran cantidad de libros y escrito numerosos artículos. También coordina el Fitness Therapist Program en el Foothill College en Los Altos Hills, California.

EJERCICIOS CON BANDA ELÁSTICA. MANUAL DE TRABAJO

Karl Knopf



PRECIO SIN IVA: 14,42 €
PRECIO CON IVA: 15,00 €

- » ISBN: 978-84-7902-989-0
- » Páginas: 128
- » Referencia: 502118
- » Formato: 19,5 x 26,5 cm
- » Encuadernación: Rústica

Sinopsis

Las bandas elásticas (también llamadas gomas, tensores o tubos), que antes se usaban en fisioterapia para el entrenamiento contra resistencia de baja intensidad en la rehabilitación de pacientes, son hoy en día uno de los aparatos de gimnasia más populares. Son ligeras y fáciles de transportar, tienen diferentes resistencias y son

perfectas para centrarse y trabajar los principales grupos musculares. Con la utilización de este sencillo aparato se puede:

- Aumentar la fuerza muscular y la densidad ósea
- Mejorar el equilibrio
- Reducir la lumbalgia
- Favorecer la circulación sanguínea
- Rehabilitar lesiones

Ejercicios con banda elástica. Manual de trabajo ofrece más de 70 ejercicios eficaces y seguros –con instrucciones y fotografías paso a paso– que pueden realizarse prácticamente en cualquier sitio, en cualquier momento. Están agrupados por la zona del cuerpo en la que se centran y los ejemplos de rutinas van desde ejercicios básicos hasta avanzados. Además, incluye programa específicos para deportes, problemas físicos y enfermedades. Elija el que mejor se ajuste a sus necesidades o use estos ejemplos para crear su propia rutina.

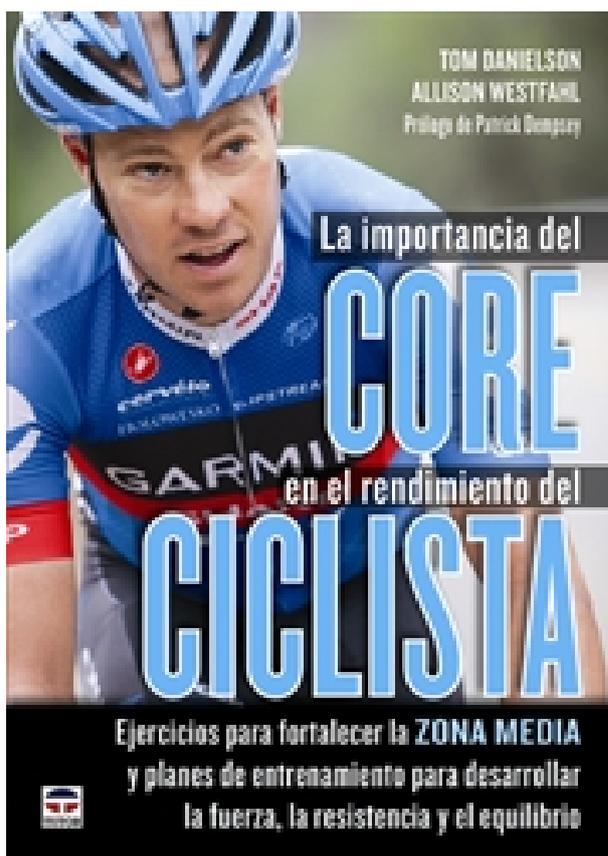
Karl Knopf

Karl Knopf ha trabajado durante más de 30 años en la salud y puesta en forma de personas mayores, así como en la de discapacitados. Como consultor de numerosas becas de los National

Institutes of Health, Knopf ha sido asesor para la serie de ejercicios «Sit and Be Fit», de la cadena de televisión PBS, y sobre asuntos relacionados con los discapacitados del estado de California. Es moderador y conferenciante habitual sobre el bienestar de las personas mayores, y ha colaborado en una gran cantidad de libros y escrito numerosos artículos. También coordina el Fitness Therapist Program en el Foothill College en Los Altos Hills, California.

LA IMPORTANCIA DEL CORE EN EL RENDIMIENTO DEL CICLISTA

Allison Westfahl y Tom Danielson



Precio sin iva: 19,18 €
Precio con iva: 19,95 €
ISBN: 978-84-7902-992-0
Páginas: 224
Formato: 17 x 24 cm
Encuadernación: Rústica

Sinopsis

Las rutinas de fuerza de este libro te ayudarán a desarrollar potencia y rendimiento en la bicicleta. Mejorarás tu equilibrio, coordinación y resistencia muscular sin añadir masa muscular no deseada. No necesitas gimnasio, ni equipamiento especial. Con las sencillas rutinas de ejercicios para el core propuestas, eliminarás desequilibrios musculares y dolores persistentes derivados de

lesiones. Mantendrás la potencia sin levantarte del sillín, escalarás con más fuerza y reducirás la fatiga al final de un largo recorrido.

La importancia del core en el rendimiento del ciclista incluye:

- 45 ejercicios para la fuerza de la zona media
- 5 ejercicios de calentamiento dinámico
- Planes de entrenamiento en 3 niveles, de principiante a profesional
- Ejercicios para desarrollar la fuerza, la resistencia y el equilibrio

- Remedios para el dolor de espalda, de hombros y de cuello
- Sesiones de entrenamiento para mejorar la escalada ciclista y la potencia sin levantarse del sillín.

Los ejercicios para la zona media de Tom Danielson son esenciales para montar con mayor fuerza y no requieren mucho tiempo. Y lo mejor de todo: potenciarán tu rendimiento en la bicicleta y prolongarán tu carrera como ciclista.

Allison Westfahl

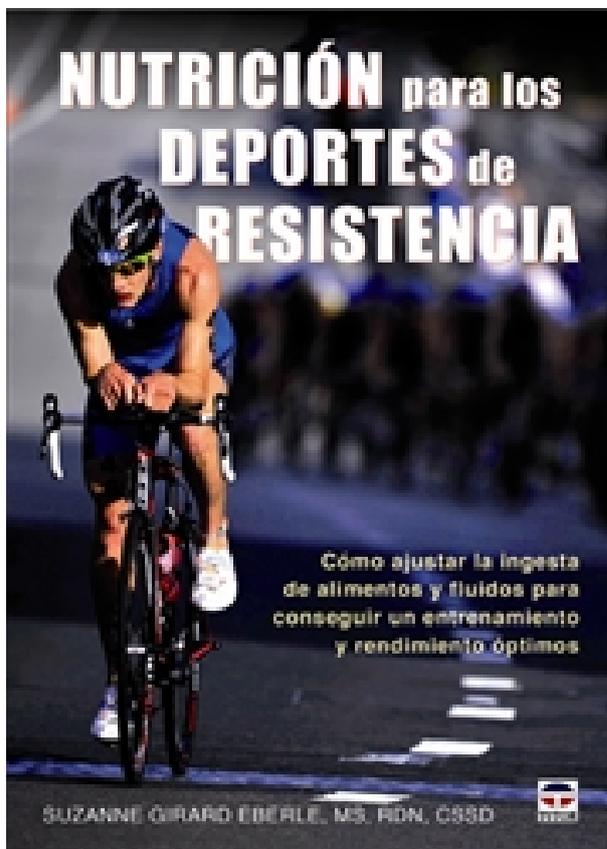
Allison Westfahl, fisióloga del ejercicio, tiene un máster en ciencias del ejercicio y múltiples certificaciones otorgadas por la Academia Nacional de Medicina Deportiva y el organismo federativo estadounidense de triatlón (USA Triathlon).

Tom Danielson

Tom Danielson («Tommy D») es uno de los ciclistas profesionales americanos más destacados. En 2006, mientras corría para el equipo Discovery, ganó la extenuante etapa 17 de la Vuelta a España. Debutó en el Tour de Francia en 2011 y quedó en el noveno puesto, siendo el estadounidense mejor clasificado en la general.

NUTRICIÓN PARA LOS DEPORTES DE RESISTENCIA

Suzanne Girard Eberle



- » Precio sin iva: 28,80 €
- » Precio con iva: 29,95 €
- » ISBN: 978-84-7902-991-3
- » Páginas: 384
- » Formato: 17 x 24 cm
- » Encuadernación: Rústica

Sinopsis

Nutrición para los deportes de resistencia te guiará en la selección óptima de alimentos, bebidas y suplementos para entrenar durante más tiempo, recuperarte con mayor rapidez, evitar lesiones y conseguir tus metas de rendimiento en cualquier prueba de resistencia.

La dietista del deporte, y anteriormente corredora de élite, Suzanne Girard Eberle, presenta un programa de nutrición que aborda cuestiones fundamentales para los deportistas de resistencia, como son:

- Las carreras, sobre asfalto o montaña, desde los 5 hasta más de los 100 kilómetros.
- Las pruebas de ciclismo y ciclismo de montaña, desde las que son cronometradas hasta las que se celebran en varias etapas.
- El duatlón y el triatlón, desde sus modalidades de sprint hasta el Ironman.
- Los deportes de invierno, desde las carreras de esquí nórdico hasta las ascensiones de montaña.
- Los deportes acuáticos, incluidos el remo y la natación en aguas abiertas.
- Las condiciones ambientales, desde las temperaturas extremas hasta las grandes alturas.

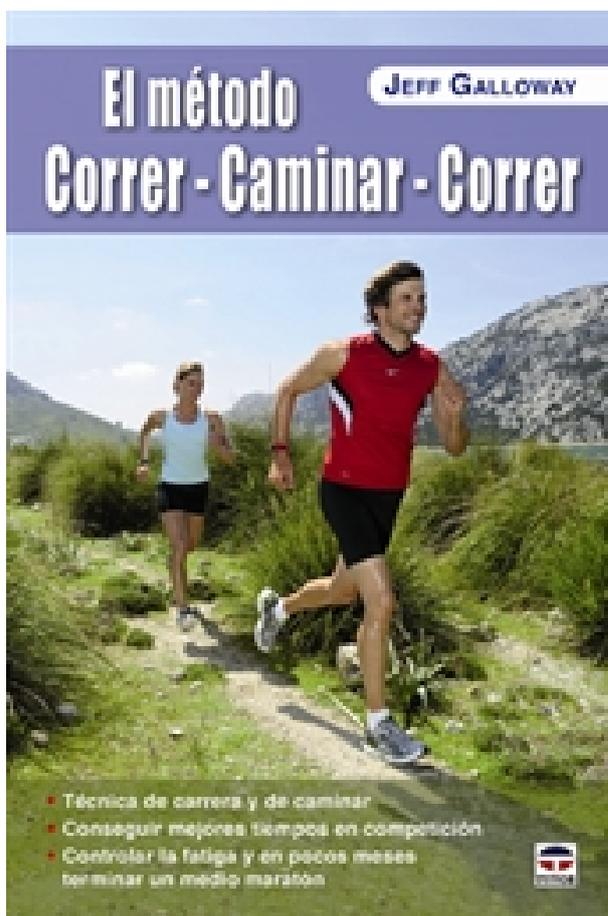
Se incluyen además recomendaciones específicas para los atletas vegetarianos y para quienes padecen alergias o intolerancias alimentarias, así como también los perfiles y consejos de deportistas de resistencia de élite y las estrategias para evitar las dificultades más habituales del entrenamiento.

Suzanne Girard Eberle

Suzanne Girard Eberle posee el grado de máster con excelencia en nutrición de la Boston University. Es miembro de la Academy of Nutrition and Dietetic, la Academy for Eating Disorders y de la SCAN (Sports, Cardiovascular and Wellness Nutrition). Asesora a gente activa, de cualquier estructura física y habilidades atléticas, en el dominio de los hábitos de alimentación del alto rendimiento. Colabora habitualmente en diversas revistas, entre ellas Coach and Athletic Director y Running Times.

EL MÉTODO CORRER - CAMINAR - CORRER

Jeff Galloway



- » Precio sin iva: 15,38 €
- » Precio con iva: 16,00 €
- » ISBN: 978-84-7902-993-7

- » Páginas: 160
- » Formato: 15,5 x 23,5 cm
- » Encuadernación: Rústica

Sinopsis

El aspecto más maravilloso del running, en comparación con otros deportes, es que cada uno establece dónde, cuándo, qué distancia y a qué velocidad correr. Pero la mayoría de los nuevos corredores no serían capaces de terminar una carrera de cualquier distancia, libres de dolores, si lo trataran de hacer corriendo de manera continua. Pero no tienen que hacerlo así. Al correr... y caminar, eres el capitán de tu propio barco.

¿Quieres además reducir la fatiga, disminuir el riesgo de lesiones, recuperarte más rápido de los entrenamientos, conseguir mejores tiempos en competición? El modo de lograrlo está en este libro: El método Correr-Caminar-Correr. En él Jeff Galloway expone de forma clara el método (Run-Walk-Run™) que comenzó a desarrollar en 1978 y que desde entonces ha ayudado a cientos de miles de corredores, dándoles la posibilidad de terminar un maratón a casi todos ellos.

Jeff Galloway

Jeff Galloway ha completado más de 100 maratones. Sus innovadoras ideas han permitido que prácticamente todo el mundo sea capaz de correr y completar la Media Maratón

LA PREVENCIÓN DE LESIONES DEPORTIVAS. Propuesta metodológicas y protocolos.

Victor Paredes Hernández, Elena Arenas Prieto y Lorena Bardera Núñez



Precio (I.V.A. Incluido): 25.00 €

Más de 300 fotografías y videos, para cada uno de los ejercicios.

Edición en color.

La prevención de lesiones deportivas ha sido uno de los temas más estudiados e investigados de los últimos años. El gran número de lesiones registradas en diferentes especialidades deportivas hace que nos planteemos diferentes estrategias y técnicas de intervención.

No por ello podremos evitar todas y cada una de las lesiones que se producen, pero si actuaremos para reducir el número

y la gravedad de éstas.

Nos vamos a centrar en la descripción de los mecanismos de prevención que controlamos para el diseño del trabajo preventivo.

Este libro representa una herramienta muy útil y práctica, tanto para el preparador físico, el entrenador personal, como para el fisioterapeuta, puesto es fundamental en la planificación y el diseño diario de los entrenamientos preventivos, aplicados a cualquier disciplina deportiva, dentro del mundo del deporte y de la actividad física.

Puedes ver algunos de los videos incluidos en los DVDs, en nuestro canal youtube

Datos edición

Año de EDICIÓN: 2015
ISBN: 978-84-943463-1-6
Dep. Legal: M-11290-2015
Nº páginas: 184
Edición en color
Formato: 25x18
Incluye 1 DVDs
Idioma: español

Autores

VICTOR PAREDES HERNÁNDEZ: Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (UAM), Licenciado en Educación Física (INEF-UPM), Diplomado en Educación Física (UCJC). Preparador Físico y Readaptador Físico-Deportivo del Rayo Vallecano de Madrid. Profesor de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Camilo José Cela. Profesor en Máster Readaptación (RFEF-UCLM) y Profesor Máster Recuperación Funcional (INEF-Fundación Estudiantes).

ELENA ARENAS PRIETO: Graduada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF-UPM). Grupo de Investigación en Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas (UCJC).

LORENA BARDERA NÚÑEZ: Graduada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF-UPM). Grupo de Investigación en Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas (UCJC)

Índice

PARTE I: PREVENCIÓN DE LESIONES (Ricardo da Silva, Fabio Nevado y David Porcel)

1. Técnicas de prevención de lesiones
 - 1.1. Fuerza funcional (equilibrios musculares y desequilibrios)
 - 1.2. Estabilidad lumbo-pélvica (core)
 - 1.3. Fuerza Excéntrica
 - 1.4. Equilibrio y propiocepción
 - 1.5. Flexibilidad y rango de amplitud de movimiento
 - 1.6. Pliometría y coordinación neuromuscular
 - 1.7. Carga del entrenamiento (enfoque del entrenamiento) y la competición
2. Principios del entrenamiento preventivo

PARTE II: PROPUESTA DESDE LOS CONTENIDOS (Helena Recalde, Blanca Romero y Javier Martínez)

FLEXIBILIDAD

Tren superior

Cuello

Tronco

Tren inferior

CORE. ESTABILIDAD CENTRAL

Nivel 1: inicial/core con fitbal

 inicial/core con autocarga

 inicial/core con isométricos

Nivel 2: intermedio/core con fitball

 intermedio/core con autocarga

Nivel 3: avanzado/core con fitball

 avanzado/core con autocarga

avanzado/core con isométricos
FUERZA CON TRX- ENTRENAMIENTO PREVENTIVO EN SUSPENSIÓN
Tren superior con TRX
Tronco con TRX
Tren inferior con TRX
Complejos

PARTE III: PROPUESTA DESDE LAS PRINCIPALES ARTICULACIONES (Jana Gallardo y Elena Jimenez-Herranz)

MUÑECA. Flexibilidad
Propiocepción
Fuerza
CODO. Flexibilidad
Propiocepción
Fuerza
HOMBRO. Flexibilidad
Propiocepción
Fuerza
CADERA. Flexibilidad
Propiocepción
Fuerza con máquina
RODILLA. Flexibilidad isquiotibiales
Propiocepción isquiotibiales
Fuerza isquiotibiales
Flexibilidad cuádriceps
Propiocepción cuádriceps
Fuerza cuádriceps
TOBILLO. Flexibilidad
Propiocepción
Fuerza

PARTE IV: PROPUESTA DESDE LA FISIOTERAPIA (Cristina Granado, Jesús Guodemar y Blanca Romero)

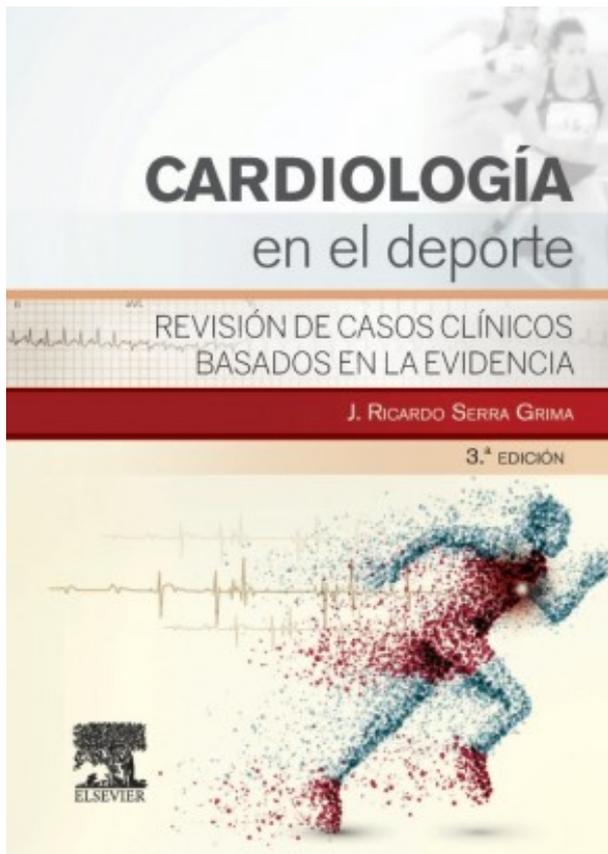
FUERZA
Ejercicios de fortalecimiento del suelo pélvico
Ejercicios de fortalecimiento de abdominales
Ejercicios de fortalecimiento de columna
Ejercicios de fortalecimiento de miembros superiores
Ejercicios de fortalecimiento de miembros inferiores
FLEXIBILIZACIÓN
Ejercicios de flexibilización de columna
COORDINACIÓN-PROPIOCEPCIÓN
Método kabat
Kabat de miembro superior
Kabat de miembro inferior
ESTIRAMIENTOS MUSCULARES-NEURODINAMIA
Estiramientos de la columna
Estiramientos activos de miembros superiores
Estiramientos activos de miembros inferiores

Reeducación postural global (RPG)
Neurodinamia
Neurodinamia de tronco (neuroeje)
Neurodinamia de miembro superior
Neurodinamia de miembro inferior

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CARDIOLOGÍA EN EL DEPORTE: Revisión de casos clínicos basados en la evidencia

Ricard Serra Grima



66,40 €

Páginas: 352

Editorial: Elsevier

ISBN: 9788490228135

Descripción

Nueva edición completamente revisada y actualizada de esta obra que aborda los efectos del ejercicio físico sobre la salud cardiovascular, tanto en el deportista de alto rendimiento como en el de base.

Esta nueva edición incorpora los resultados de estudios realizados por los propios autores durante los últimos años.

Dos partes claramente diferenciadas, la primera trata sobre los efectos del ejercicio desde diferentes perspectivas, desde la fisiopatológica hasta la clínica, y la segunda consiste en una fascinante colección de casos clínicos, incluyendo no solo valoraciones clínicas sino también recomendaciones de ejercicio.

PUNTOS CLAVE

Esta nueva edición de Cardiología en el deporte, completamente revisada y actualizada, aborda los efectos del ejercicio físico sobre la salud cardiovascular, tanto en el deportista de alto rendimiento como en el de base, sin olvidar la práctica del ejercicio como medida de promoción de la salud en personas de todas las edades. Se trata de una obra original e innovadora, que

incorpora los resultados de estudios realizados por los propios autores durante los últimos años. La obra se divide en dos partes: la primera trata sobre los efectos del ejercicio desde diferentes perspectivas, desde la fisiopatológica hasta la clínica, y la segunda consiste en una fascinante colección de casos clínicos, incluyendo no solo valoraciones clínicas sino también recomendaciones de ejercicio.

Cardiología en el deporte está dirigido a cardiólogos, especialistas en Medicina de la Educación Física y Deporte, médicos de familia y profesores de Educación Física especializados en el Área de Salud.

Sobre los autores

Ricard Serra Grima, Doctor en Medicina y Cirugía, Especialista en Cardiología y Medicina de la Educación Física y del Deporte; Profesor de Cardiología, Escuela de Medicina del Deporte, Universitat de Barcelona; Coordinador del Laboratorio de Pruebas de Esfuerzo y de Rehabilitación Cardíaca, Hospital de Sant Pau, Barcelona; Cardiólogo de Referencia del Consell Català de l'Esport, Generalitat de Catalunya, y del Centro de Alto Rendimiento, Sant Cugat del Vallès; Cardiólogo del F.C. Barcelona.

Tuvo lugar un Elsevier Talk el pasado 27 de abril y en el que se trató el tema de la Cardiología en el Deporte. Diversos expertos participaron en el debate aportando contenido sobre el tema que, creemos, pueden ser de interés. El autor del libro, el Dr. Serra, fue uno de los participantes en el debate por lo que sus aportaciones pueden resultar interesantes.

Estos son algunos de los artículos que se publicaron en Conecta Elsevier sobre el debate:

<http://conectaelsevier.es/articulos/con-que-nos-quedamos-del-primer-elsevier-talks/>

<http://conectaelsevier.es/articulos/respuestas-las-preguntas-pendientes-del-talk-cardiologia-en-el-deporte-hacia-donde-evolucion/>



TÁNDEM. Didáctica de la Educación Física nº 048
Abril, Mayo, Junio 2015

Índice de la revista

La práctica deportiva, ¿sin límites?

Aula de didáctica

Investigación y debate

Efecto de un programa de aprendizaje-servicio sobre el clima motivacional en la asignatura «Actividad físico-deportiva y salud»

Óscar Chiva Bartoll, Raquel Corbatón Martínez, Jesús Gil Gómez, Lorena Zorrilla Silvestre

Influencia del disfrute con la práctica deportiva en el desarrollo de actitudes positivas hacia la educación física

Alberto Gómez-Mármol, Bernardino J. Sánchez-Alcaraz Martínez

Experiencias

Aplicación de un filtro educativo para transformar canciones infantiles en canciones motrices

Manuel Tomás Abad Robles, Estefanía Castilla Viera, Cecilia Infante Artero

Ideas prácticas

Teatro de sombras corporales

Oscar M. Casado Berrocal, Isabel Herranz Álvarez

Cine y deporte

Pasiones Unidas

Carme Oró i Casanovas

Libros y deporte

La vida sobre ruedas

Manuel Villard Aijón

Monográfico La práctica deportiva, ¿sin límites?

La práctica deportiva, ¿sin límites?

Marta Carranza Gil-Dolz

El exceso de ejercicio físico como consecuencia del trastorno dismórfico muscular (vigorexia)

Irene González-Martí

De marcha haciendo deporte

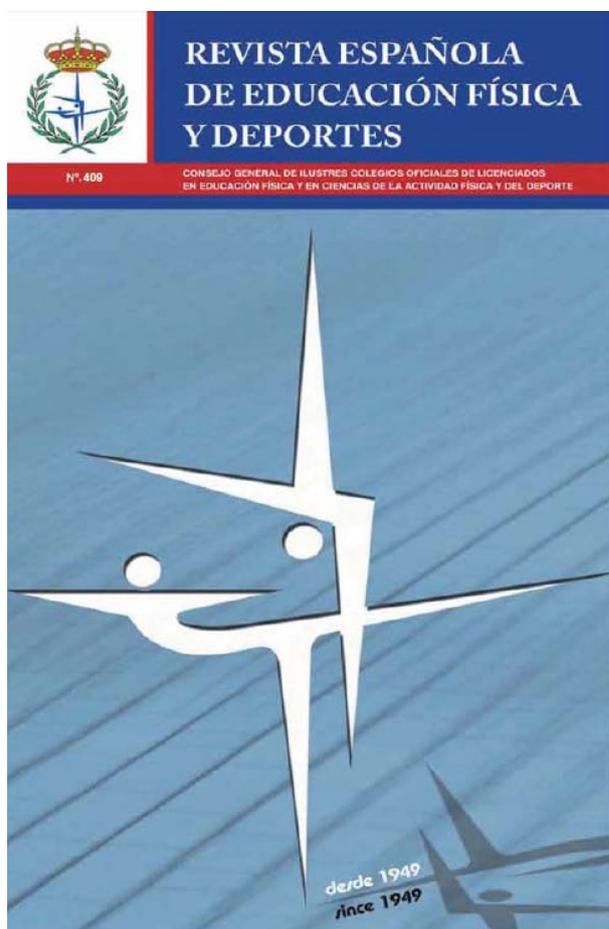
Anna Arrieta Sayalero

Deporte y ¿salud? ¿Dónde está el límite?
Montse Bellver Vives

Adicción al ejercicio físico Cómo hacer prevención desde la educación física escolar
Mariona Corbella Virós, Albert Soldevilla López

Experiencias colaborativas para desarrollar hábitos saludables en educación física
Lluís Almirall Batet, Carles González Arévalo, Mertixell Monguillot Hernando, Carles Zurita Mon

REVISTA ESPAÑOLA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES Número 409, año LXVII, 2º trimestre, 2015 (nº 7, VI época)



Sumario

PRESENTACIÓN

REEFD: Especial Congreso AIESEP 2015
Serrano-Gómez, V.

EDITORIAL

La observación aplicada en diferentes ámbitos de la actividad física y el deporte: los fundamentos de base / *Observation applied in different fields of physical activity and sport: the basics base.*
Castellano Paulis, J. y Hernández-Mendo, A.

ARTÍCULOS

Originales científicos

Efecto de una sesión semanal de pilates suelo sobre la condición física en adultos jóvenes / *Effect of one session per week of mat pilates on the physical fitness in young adults.*

Santana Pérez, F.J., Merino-Marban, R., Fernández-Rodríguez, E. y Mayorga-Vega, D.

Perfil de flexibilidad de la extremidad inferior en jugadoras senior de fútbol sala / *Normative data of lower-limb muscle flexibility in senior female futsal players.*
Sainz de Baranda, P., Cejudo, A., Ayala, F. y Santonja, F.

Revisiones

Revisión bibliográfica sobre la trayectoria profesional de los profesores de educación física en España (2010-2014) / *Literature review on the professional career of physical education teachers in Spain (2010-2014).*

Almazán Velasco, A., Cantón Izquierdo, J., De la Cruz García, A., García Casas, L. y Muñoz Ramiro, D.

MISCELÁNEA

Estudios y documentos

El “Deporte para todos” , cuestión de Estado. El deporte para todos en Europa y en España (I) / *The “Sport for all”, matter of state. Sport for all in Europe and in Spain (I).*

Solar Cubillas, L. V.

Comunicado sobre la realización de pruebas de esfuerzo para la valoración de la condición física.

Consejo COLEF

Comunicado sobre la regularización laboral y fiscal de la actividad que se desarrolla en escuelas, clubes y entidades deportivas sin ánimo de lucro.

Consejo COLEF

Recensión del libro

Recensión del Libro: *Fisiología del entrenamiento aeróbico. Una visión integrada.*

Mora Rodríguez, R. y Ramírez Jiménez, M.

Reseñas de Tesis doctorales

Reseña de tesis doctoral: Efecto de los componentes estructurales de soporte sobre el comportamiento mecánico y el rendimiento deportivo en los campos de fútbol de césped artificial / *Effect of the structural components of support on the mechanical behavior and the sport performance of football fields of artificial turf.*

Sánchez Sánchez, J.

EXPERIENCIAS PRÁCTICAS

El papel desempeñado por los titulados en ciencias de la actividad física y el deporte en el fútbol base / *The role of graduates in physical activity and sport sciences in age soccer categories.*

Casal Sanjurjo, C. A.

Rev.int.med.cienc.act.fís.deporte – vol. 15 - número 58 – junio / june 2015 -
ISSN: 1577-0354