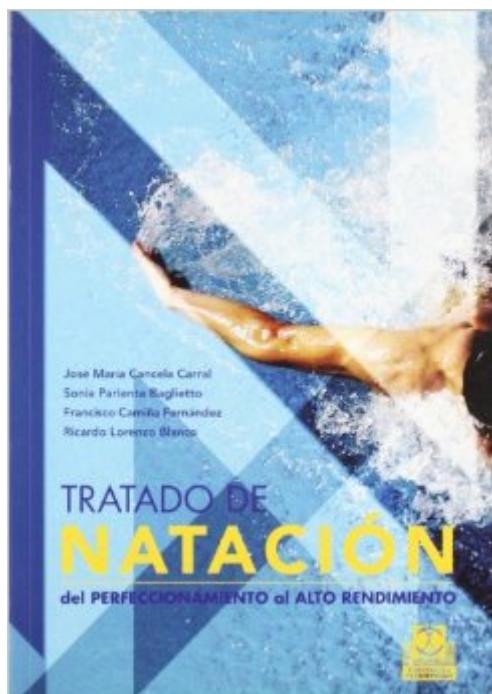


The book was found

# TRATADO DE NATACIÃ“N. Del Perfeccionamiento Al Alto Rendimiento (Spanish Edition)



## Synopsis

Tratado de nataciÃ n. Del perfeccionamiento al alto rendimiento es una guÃ- a para el entrenamiento de la nataciÃ n en la alta competiciÃ n. En los primeros capÃ- tulos se introducen los principios del entrenamiento aplicados a la nataciÃ n junto con los conceptos fisiolÃ gicos y anatÃ micos como el coste energÃ©tico en la nataciÃ n y la musculatura implicada en los diferentes estilos natatorios. A continuaciÃ n se dedica un capÃ- tulo para el entrenamiento de cada una de las habilidades motrices bÃ;sicas aplicadas a la nataciÃ n: la resistencia aerÃ bica, la fuerza muscular, la flexibilidad y la velocidad. Por Ãºltimo se trata tambiÃ©n la selecciÃ n de talentos, la planificaciÃ n del programa de entrenamiento anual y el reglamento de nataciÃ n.

## Book Information

Paperback: 260 pages

Publisher: Paidotribo; First edition (January 1, 2008)

Language: Spanish

ISBN-10: 8480199555

ISBN-13: 978-8480199551

Product Dimensions: 8.4 x 5.8 x 0.6 inches

Shipping Weight: 15.2 ounces

Average Customer Review: Be the first to review this item

Best Sellers Rank: #3,023,146 in Books (See Top 100 in Books) #31 in Books > Libros en espaÃ±ol > Deportes > Deportes AcuÃ¡ticos #663 in Books > Sports & Outdoors > Water Sports > Swimming #31485 in Books > Libros en espaÃ±ol > No-FicciÃ³n

[Download to continue reading...](#)

TRATADO DE NATACIÃ fÃ oN. Del perfeccionamiento al alto rendimiento (Spanish Edition)

Tratado de nataciÃ fÃ n: Del perfeccionamiento al alto rendimiento (Deportes nÃ º 19) (Spanish Edition)

Balance Nutricional: Una estrategia de alimentaciÃ fÃ n de alto rendimiento (Spanish Edition)

RadiologÃ fÃ a de Alto Rendimiento: procedimientos intervencionistas + ExpertConsult (Spanish Edition)

En otras palabras: Perfeccionamiento del espaÃ±ol por medio de la traducciÃ fÃ n (Spanish Edition)

Atletismo - Iniciacion y Perfeccionamiento (Spanish Edition) El Arte del Entrenamiento Mental: Una GuÃ fÃ a Para el Rendimiento Excelente (Spanish Edition)

AnalÃ fÃ lisis y control del rendimiento deportivo (Deportes nÃ º 24) (Spanish Edition)

A Tono - Ejercicios Para Mejorar El Rendimiento del Musico Contiene CD (Spanish Edition)

NATACION PARA TODOS. Una guÃ fÃ a para nadar mejor de lo que nunca habÃ a imaginado (Spanish

Edition) Preparacion fisica completa para la natacion / Complete Conditioning for Swimming (Spanish Edition) 1000 ejercicios y juegos de natacion y actividades acuaticas (Spanish Edition) La Natacion/ the Science of Swimming: Ciencia Y Tecnica (Spanish Edition) Natacion para ninos / Swimming for children (Spanish Edition) Juegos Cooperativos Para La Ense?anza De La Natacion (Spanish Edition) Jugar En El Agua (Natacion) (Spanish Edition) EL SÃƒNDROME DE ESTOCOLMO: La increÃƒble historia del secuestro de Jorge Born que obtuvo el rescate mÃƒs alto de la historia moderna y que 23 aÃƒos despuÃƒs se hicieron amigos y socios. (Spanish Edition) Tratado de Medicina Interna Veterinaria, 2 vols. (e-dition + CD-ROM): Enfermedades del perro y el gato, 6e (Spanish Edition) AnatomÃƒa ecogrÃƒjica y seccional del abdomen (Este capÃƒtulo pertenece al libro Tratado de ultrasonografÃƒa abdominal) (Spanish Edition) Tratado Sobre Magia Blanca O El Camino del Discipu (Spanish Edition)

[Dmca](#)