

FUNDAMENTOS BIOLÓGICOS DEL EJERCICIO FÍSICO Autor: JOSE GOMEZ MORA
Esta obra va dirigida a los alumnos del Ciclo Formativo Superior en Animación de Actividades Físicas y deportivas, a todos los estudiantes de Educación Física y entrenadores deportivos a todos los niveles. El Autor, imparte esta materia en el Instituto las Salinas de San Fernando (Cádiz) pionero en esta rama de la Formación Profesional. Lo hace con un lenguaje claro y directo, pero con gran rigor científico, clarificando los Fundamentos Biológicos de la Actividad Física y Deportiva. Estructuras y funciones orgánicas aparato locomotor. Aparato respiratorio. Aparato circulatorio. Sistemas digestivo y excretor. Sistemas nervioso y endocrino. Adaptación cardiovascular al ejercicio físico. Adaptación del sistema respiratorio. Metabolismo energético. Adaptación de los sistemas nervioso y endocrino. Biomecánica de la contracción muscular. Fatiga y recuperación. Efectos de la actividad física sobre salud. Concepto de fitness. Contraindicaciones de/en la práctica de actividades físicas. Higiene corporal y postural. Composición corporal, balance energético y control de peso....

Anonymous download ebook PDF EPUB, book in english language. . [PDF] Fundamentos biológicos del ejercicio físico (Spanish Edition) by.

¡»¿First time read top ebook like Fundamentos Biologicos Del Ejercicio Fisico (Spanish Edition) ebook. I get this book in the internet 4 minutes ago, at October 31 2018. While visitor want a pdf, you should no host a book on hour website, all of file of ebook at thepepesplace.com hosted at 3rd party website. No permission needed to load this book, just click download, and a copy of this pdf is be yours. Take your time to try how to download, and you will get Fundamentos Biologicos Del Ejercicio Fisico (Spanish Edition) in thepepesplace.com!