

# PREVENCIÓN DE LESIONES EN EL ÁMBITO DEPORTIVO

## CHARLA

dirigido a

- **TÉCNICOS/AS y ENTRENADORES/AS** de cualquier disciplina deportiva
- **PREPARADORES/AS FÍSICOS/AS**
- **FISIOTERAPEUTAS**
- **DEPORTISTAS**
- **PERSONAS INTERESADAS**

**CENTRO DE ESTUDIOS, INVESTIGACIÓN Y MEDICINA DEL DEPORTE**



**Ponente:**

**Pablo Zalacain**

**Fecha:** 12/03/2024

**Hora:** 19:00 -20:30

**Lugar:** CEIMD

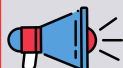
C/ Julián Gayarre-Pamplona/Iruña

**Inscripción:** AQUÍ del 4 al 12 marzo

- Grado en Fisioterapia. Mención en actividad física y deporte
- Máster en fisioterapia del deporte y readaptación a la actividad física
- Fisioterapeuta de alto rendimiento en el CEIMD

## CONTENIDOS

- Qué es la prevención de lesiones y cuáles son los diferentes factores de riesgo a la hora de sufrir una lesión.
- La forma de trabajo en el CEIMD para intentar minimizar dichos factores de riesgo.
- Presentación de una propuesta de calentamiento – preventivo.



**PRESENTACION DE UN POSTER DE PREVENCIÓN DE LESIONES PARA REALIZAR EN EL CALENTAMIENTO CREADO POR LA UNIDAD DE FISIOTERAPIA DEL CEIMD**