

# KIROLAREN AZTERLAN, IKERKETA ETA MEDIKUNTZA ZENTROA CENTRO DE ESTUDIOS, INVESTIGACIÓN Y MEDICINA DEL DEPORTE

## PREBENTZIO ETA ERREHABILITAZIO ZERBITZUA

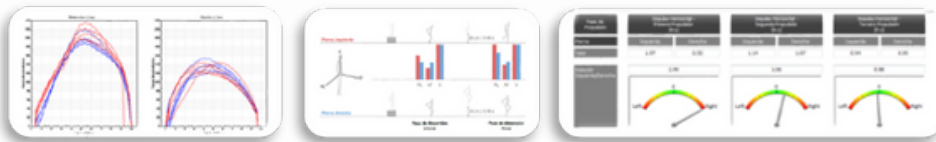
01

### LESIOEN PREBENTZIOA

Kirol-modalitate bakoitzari egokitutako azterketa indibidualizatuak:

- ARTIKULAZIOEN MUGIKORTASUN-TESTA
- INDAR-TESTA
- LASTERKETA, NORABIDE-ALDAKETA ETA JAUZIAK TESTAK
- ESFORTZU-PROBAK (ATALASE-TESTA)

Emaitzen araberrako lan-plangintza indibidualizatuak.



### LESIOEN ERRABILITAZIOA

02

Honako hauek osatzen dute taldea:

- **ERREHABILITAZIOKO MEDIKUA:** astean bi arratsalde, 18:00etatik 21:00etara. Irudi bidezko diagnostikoa (ekografia, erresonantzia). Nafarroako Osasun Zerbitzuarekiko lotura.
- **ZENTROKO ZUZENDARI MEDIKOA:** astelehenetik ostiralera, goizez
- **BI FISIOTERAPEUTA:** astelehenetik ostiralera, goizez eta arratsaldez
- Errehabilitazio-ariketak egiteko gimnasioko sarbidea.
- Lesio akutuen, kronikoen eta kirurgien errehabilitazioa, neurtzeko tresnekin eta goi-mailako errehabilitazioarekin.

### Kirolariari arreta emateko lehentasuna

03

Alto Nivel

Alto Rendimiento -  
Tecnificación / Clubes de 1er nivel

Selecciones Navarras

04

### Zentroko beste zerbitzu batzuk

- **Prestatzaile fisikoak:** astelehenetik ostiralera. Indar- eta erresistentzia-testa eta entrenamendu-planak
- **Nutrizionista:** astelehenetik ostiralera
- **Psikologia:** astean bi arratsaldetan (Miguel Indurain Fundazioa)
- Ekokardiografia, ergometria monitorizatuak eta ergoespirometria