



Clínica
Universidad
de los Andes

Programa

CURSO DE RUNNING ONLINE: ACERCANDO LA CIENCIA AL RENDIMIENTO



CUPOS LIMITADOS

9, 16, 23 y 30 de julio, 2020



CURSO ONLINE



Más información e inscripciones: extension@clinicauandes.cl



Valor inscripción: \$30.000

Patrocina:



Universidad de
los Andes

> KINESIOLOGÍA

Jueves 9 de julio - 19:30 hrs.

Evaluación del Runner

- 19:30 - 19:35 hrs** : **Bienvenida**
Dr. Giovanni Carcuro, Traumatólogo Centro Tobillo y Pie, Clínica Universidad de los Andes
- 19:35 - 19:50 hrs** : **Evaluaciones Fisiológicas Directas e Indirectas en el Runner**
Prof. Mg. Matías Douglas, Universidad de los Andes
- 19:50 - 20:05 hrs** : **¿Cómo me alimento? Importancia de una Nutrición óptima en el Runner**
Alejandra Alarcón, Nutricionista Clínica Universidad de los Andes
- 20:05 - 20:20 hrs** : **Factores Psicológicos en el Runner**
Felipe Fuenzalida, Psicólogo COCH/Selección Chilena de Fútbol
- 20:20 - 20:35 hrs** : **¿Cómo volver al Running después de la Cuarentena?**
Nelson Sepúlveda, Kinesiólogo Olympic Work-Deporte y Salud
- 20:35 - 21:00 hrs** : **Mesa redonda**
Modera: Rafael Rossi, Kinesiólogo Clínica Universidad de los Andes

Jueves 16 de julio - 19:30 hrs.

Lesiones comunes en el Running: rehabilitación, prevención y optimización I

- 19:30 - 19:45 hrs** : **Nuevas Propuestas Metodológicas para el Entrenamiento de la Carrera**
Prof. Mg. Óscar Commentz, COCH/USACH
- 19:45 - 20:00 hrs** : **Fascitis Plantar y Tendinopatía Aquiliana en el Runner**
Dr. Felipe Chaparro, Traumatólogo Centro Tobillo y Pie, Clínica Universidad de los Andes
- 20:00 - 20:15 hrs** : **Rehabilitación y Prevención de Lesiones de Tobillo y Pie**
Rafael Rossi, Kinesiólogo Clínica Universidad de los Andes
- 20:15 - 20:30 hrs** : **Rehabilitación y Prevención de Lesiones de Rodilla**
Óscar Migueles, Kinesiólogo Clínica Universidad de los Andes
- 20:30 - 21:00 hrs** : **Mesa redonda**
Modera: Dr. Giovanni Carcuro, Traumatólogo Centro Tobillo y Pie, Clínica Universidad de los Andes

Jueves 23 de julio - 19:30 hrs.

Lesiones comunes en el Running: rehabilitación, prevención y optimización II

- 19:30 - 19:45 hrs** : Fortalecimiento y Acondicionamiento en el Runner
Jesús Gómez, Kinesiólogo Motion Center
- 19:45 - 20:00 hrs** : Cadera del Runner: mitos y verdades
Dr. Alejandro Zylberberg, Traumatólogo Equipo de Cadera, Clínica Universidad de los Andes
- 20:00 - 20:15 hrs** : Rehabilitación y Prevención de Lesiones de Cadera
Andrés Flores, Kinesiólogo Universidad de los Andes
- 20:15 - 20:30 hrs** : Fisioterapia Invasiva en Lesiones del Runner
Diego Silva, Kinesiólogo Clínica Universidad de los Andes
- 20:30 - 21:00 hrs** : **Mesa redonda**
Modera: Dr. Giovanni Carcuro, Traumatólogo Centro Tobillo y Pie, Clínica Universidad de los Andes

Jueves 30 de julio - 19:30 hrs.

Análisis de la Carrera

- 19:30 - 19:45 hrs** : Análisis de Pisada y Calzado en Running
Dr. Cristián Ortiz, Traumatólogo Centro Tobillo y Pie, Clínica Universidad de los Andes
- 19:45 - 20:00 hrs** : Análisis Biomecánico del Runner: de la teoría a la práctica
Felipe Palma, Kinesiólogo Universidad de los Andes
- 20:00 - 20:15 hrs** : Uso de Apps en Análisis de la Carrera
Rafael Rossi, Kinesiólogo Clínica Universidad de los Andes
- 20:15 - 20:50 hrs** : **Mesa redonda**
Modera: Dr. Giovanni Carcuro, Traumatólogo Centro Tobillo y Pie, Clínica Universidad de los Andes
- 20:50 - 21:00 hrs** : Cierre

Patrocina:



Auspician:

