

XIII CONGRESO DE PUNTA

16, 17 Y 18 DE OCTUBRE 2026

Punta del Este - Uruguay

ALTO RENDIMIENTO
FITNESS ALTO RENDI
RENDIMIENTO FITNE
ALTO RENDIMIENTO
FITNESS ALTO RENDI
RENDIMIENTO FITNE
ALTO RENDIMIENTO
FITNESS ALTO RENDI
RENDIMIENTO FITNE
ALTO RENDIMIENTO
FITNESS ALTO RENDI



15 CONFERENCIAS MAGISTRALES

THE GRAND CENTER - PUNTA DEL ESTE

16 CURSOS ESPECÍFICOS

ACADEMY FITNESS & PERFOMANCE
CAMPUS DE MALDONADO



XIII CONGRESO DE PUNTA

16, 17 Y 18 DE OCTUBRE 2026

Punta del Este - Uruguay

CONGRESO
DE PUNTA

INTRODUCCIÓN

EL CONGRESO DE PUNTA ES MUCHO MÁS QUE UN EVENTO, ES UN ENCUENTRO DONDE LA PASIÓN POR EL DEPORTE SE UNE CON LA CIENCIA.

EN PUNTA DEL ESTE, PROFESIONALES DE TODO EL MUNDO SE ENCUENTRAN PARA HONRAR LOS VALORES DEL DEPORTE, EL ESFUERZO, LA DISCIPLINA Y LA SUPERACIÓN.

A SU VEZ, ES UN ESPACIO DE VANGUARDIA, DONDE LA TÉCNICA Y LA INNOVACIÓN SE TRANSFORMAN EN EL MOTOR DEL CAMBIO. AQUÍ, LA BÚSQUEDA DE LA EXCELENCIA SE VIVE CON CORAZÓN Y MENTE, HACIENDO DE CADA PASO Y DE CADA APRENDIZAJE, UN PUENTE HACIA UN FUTURO MÁS FUERTE, SALUDABLE Y HUMANO.



25 DISERTANTES INTERNACIONALES

- MAG. XESCO ESPAR - ESPAÑA
- DR. JULIO TOUS FAJARDO - ESPAÑA
- DR. DAVID RODRÍGUEZ ROSELL- ESPAÑA
- MAG. HORACIO ANSELMI- ARGENTINA
- LIC. MARIO DI SANTO - ARGENTINA
- LIC. ARIEL COUCEIRO - ARGENTINA
- PROF. JERÓNIMO MILO - ARGENTINA
- LIC. ALEJANDRO PASTOR - ARGENTINA
- MAG. SUSANA ZEMIN- ARGENTINA
- LIC. VANINA DELFINO - ARGENTINA
- DR. MARTÍN LOMBARDERO- ARGENTINA
- LIC. MARCELO RUIZ DIAZ- ARGENTINA
- DR. PROF. ANTONIO CARLOS GOMES - BRASIL
- DRA. DANIELLI MELLO - BRASIL
- MAG. RAFAEL WINICKI - BRASIL
- DRA. GABRIELA MOLINARI - BRASIL
- MAG. CRISTIANO PARENTE- BRASIL
- DR. MARZO GRIGOLETTO - BRASIL
- DR. NICOLAS CABALLERO - BRASIL
- LIC. NADYA KATICH - COLOMBIA
- MAG. ANDRÉS BARRIOS - URUGUAY
- DRA. VIRGINIA CERVIERI - URUGUAY
- DR. DARÍO SANTOS- URUGUAY
- MAG. DANIEL BANADIAN - URUGUAY
- LIC. ANTONELLA GUARILLA - URUGUAY

CURSOS ESPECÍFICOS

1. BASES CLAVES PARA EL ENTRENAMIENTO INTELIGENTE.
2. METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO ESPECIFICO DE LA FUERZA EN ASPECTOS DE RENDIMIENTO Y PREVENTIVOS.
3. INNOVACIÓN Y TECNOLOGÍA EN EL DEPORTE.
4. PILATES TERAPÉUTICO.
5. PILATES FITNESS.
6. METODOLOGÍA FUNCIONAL APLICADA AL ENTRENAMIENTO.
7. FÚTBOL: METODOLOGÍA DE LAS CARGAS DEL ENTRENAMIENTO Y LA PLANIFICACIÓN DE LA MICROESTRUCTURA.
8. ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA: DESDE LA INICIACIÓN METODOLOGÍA HACIA LA PLANIFICACIÓN DEL ALTO RENDIMIENTO DEPORTIVO.
9. AQUA SENIORS Y ACTIVIDAD FÍSICA FUNCIONAL ADAPTADA PARA LA SALUD EN LOS ADULTOS MAYORES.
10. CICLISMO ACUÁTICO.
11. PREVENCIÓN Y REHABILITACIÓN ESPECÍFICA DE LAS LESIONES MUSCULARES EN EL DEPORTE.
12. CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL EN PERSONAL TRAINING WTTC-WORLD TOP TRAINERS CERTIFICATION.
13. LAS PRÁCTICAS ACUÁTICAS INCLUSIVAS PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD DESDE UNA PERSPECTIVA LÚDICA, EDUCATIVA, DEPORTIVA Y TERAPÉUTICA.
14. LA PREPARACIÓN FÍSICA EN LOS DEPORTES DE EQUIPO: MÉTODO FRANCISCO ¨PACO¨ SEIRU-LO.
15. GESTIÓN, MARKETING Y PATROCINIO DEPORTIVO PARA CLUBES, FEDERACIONES Y EVENTOS.
16. GESTIÓN DE CARRERA, MARKETING PERSONAL Y PATROCINIO DE DEPORTISTAS, PROFESORES Y PERSONAL TRAINERS.

DISERTANTES 2026

CONGRESO DE PUNTA



CONFERENCIAS MAGISTRALES

THE GRAND CENTER

A PARTIR DE LAS 08:00HS

ACREDITACIONES

VIERNES 16 DE OCTUBRE 2026

CONGRESO DE PUNTA

SALA 1

09:00 - 09:35 🇦🇷 LIC. ARIEL COUCEIRO

COMO OPTIMIZAR LA GANANCIA DE HIPERTROFIA MUSCULAR EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE EN UNA SESIÓN DE ENTRENAMIENTO.

09:40 - 10:10 🇧🇷 DR. ANTONIO CARLOS GOMES

INNOVACIÓN ORGANIZACIONAL DEL MICROCICLO DE ENTRENAMIENTO EN EL FÚTBOL.

10:15 - 10:45 🇦🇷 PROF. JERÓNIMO MILO

DESTRUYENDO PARA CONSTRUIR: COMO EVITAR DESARROLLAR DOGMAS EN BASES A LAS HERRAMIENTAS Y ESTADIOS DE APRENDIZAJE.

10:45 CORTE

SORTEO DE LOS SPONSOR

11.30 - 12.15 🇧🇷 LIC. CRISTIANO PARENTE

DEFINE TU NICHO: ERES UN ENTRENADOR ESPECIALISTA O UN GENERALISTA.

12.20 - 13.00 🇧🇷 DR. NICOLAS CABALLERO

EL DEPORTE ES UN PRODUCTO DE LA INDUSTRIA DEL ENTRETENIMIENTO?

13:00 CORTE

CONFERENCIAS MAGISTRALES

THE GRAND CENTER

A PARTIR DE LAS 08:00HS

ACREDITACIONES

VIERNES 16 DE OCTUBRE 2026

CONGRESO DE PUNTA

SALA 2

09:00 - 09:35 🇦🇷 LIC. MARIO DI SANTO

CADENA POSTERIOR: LO QUE LA CITOARQUITECTURA MUSCULAR NOS ENSEÑA PARA LA CONSTRUCCIÓN DE EJERCICIOS.

09:40 - 10:10 🇨🇴 LIC. NADYA KATICH

LOS PRIVILEGIOS DE LA REHABILITACIÓN EN EL AGUA.

10:15 - 10:45 🇧🇷 DR. MARZO GRIGOLETTO

BRAIN FUNCTIONAL TRAINING: ENTRENAMIENTO FUNCIONAL COGNITIVO-MOTOR APLICADO A ADULTOS MAYORES.

10:45 CORTE

SORTEO DE LOS SPONSOR

11.30 - 12.10 🇺🇾 DR. DARÍO SANTOS

REHABILITACIÓN DEL LIGAMENTO CRUZADO ANTERIOR: DE LA CIRUGÍA AL RETORNO DEPORTIVO.

12.15 - 13.00 🇦🇷 DR. MARTÍN LOMBARDERO

"EL PODER DE LA PALABRA PARA SANAR ...Y PARA ENFERMAR".

13:00 CORTE

CONFERENCIAS MAGISTRALES

THE GRAND CENTER

14:30 A 20:00

VIERNES 16 DE OCTUBRE 2026

CONGRESO DE PUNTA

SALA MAGISTRAL

14:30 - 15:10 🇦🇷 MAG. HORACIO ANSELMI

SECRETOS DEL ALTO RENDIMIENTO APLICABLES A TODAS LAS PERSONAS.

15:15 - 15:45 🇺🇾 DRA. VIRGINIA CERVIERI

TU IMAGEN ES TU MAYOR TROFEO: PROTÉGELO COMO MARCA.

15:50 - 16:35 🇧🇷 MAG. RAFAEL WINICKI

ENTRENAMIENTO DE LA POTENCIA MUSCULAR EN EL DEPORTE.

16:35 CORTE

17:10 - 17:55 🇧🇷 DRA. DANIELLI MELLO

TECNOLOGÍA DE LA INDUMENTARIA DEPORTIVA.

18.05 -18.45 🇺🇾 MAG. ANDRÉS BARRIOS
🇦🇷 MAG. HORACIO ANSELMI
🇧🇷 DR. ANTONIO CARLOS GOMES

SKILLS: LA NUEVA TENDENCIA DE LA ORGANIZACIÓN DE LAS HABILIDADES MOTORAS EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA.

18:45 INAUGURACIÓN

19:00 -19:45 🇪🇸 MAG. XESCO ESPAR

LA MENTE MANDA: CÓMO LA SALUD MENTAL DETERMINA EL RENDIMIENTO FÍSICO, SOCIAL Y DEPORTIVO.

19.45 - SORTEOS DE LOS SPONSORS

ENTREGA DE DIPLOMAS

CURSOS ESPECÍFICOS

SABADO

17 DE OCTUBRE

TURNO MATUTINO

08:00 A 13:30

CONGRESO
DE PUNTA

1 ACADEMY

BASES CLAVES PARA EL ENTRENAMIENTO INTELIGENTE.

3 ACADEMY

INNOVACIÓN Y TECNOLOGÍA EN EL DEPORTE.

6 ACADEMY

METODOLOGÍA FUNCIONAL APLICADA AL ENTRENAMIENTO.

7 ACADEMY

FÚTBOL: METODOLOGÍA DE LAS CARGAS DEL ENTRENAMIENTO Y LA PLANIFICACIÓN DE LA MICROESTRUCTURA.

15 CAMPUS DE MALDONADO

GESTIÓN, MARKETING Y PATROCINIO DEPORTIVO PARACLUBES, FEDERACIONES Y EVENTOS.

CURSOS ESPECÍFICOS

SABADO

17 DE OCTUBRE

TURNO VESPERTINO

14:30 A 20:00

CONGRESO DE PUNTA

2	ACADEMY	METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO ESPECÍFICO DE LA FUERZA EN ASPECTOS DE RENDIMIENTO Y PREVENTIVOS.
4	ACADEMY	PILATES TERAPÉUTICO.
8	ACADEMY	ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA: DESDE LA INICIACIÓN METODOLÓGICA HACIA LA PLANIFICACIÓN DEL ALTO RENDIMIENTO DEPORTIVO.
9	CAMPUS DE MALDONADO	AQUA SENIORS Y ACTIVIDAD FÍSICA FUNCIONAL ADAPTADA PARA LA SALUD EN LOS ADULTOS MAYORES.
13	CAMPUS DE MALDONADO	LAS PRÁCTICAS ACUÁTICAS INCLUSIVAS PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD DESDE UNA PERSPECTIVA LÚDICA, EDUCATIVA, DEPORTIVA Y TERAPÉUTICA.
16	ACADEMY	GESTIÓN DE CARRERA, MARKETING PERSONAL Y PATROCINIO DE DEPORTISTAS, PROFESORES Y PERSONAL TRAINERS.

CURSOS ESPECIFICOS

DOMINGO

18 DE OCTUBRE

TURNO MATUTINO

08:00 A 13:30

CONGRESO DE PUNTA

5 — ACADEMY

PILATES FITNESS.

10 — CAMPUS DE MALDONADO

CICLISMO ACUÁTICO.

11 — ACADEMY

PREVENCIÓN Y REHABILITACIÓN ESPECÍFICA DE LAS LESIONES MUSCULARES EN EL DEPORTE.

12 — ACADEMY

CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL EN PERSONAL TRAINING WTTC- WORLD TOP TRAINERS CERTIFICATION.

14 — ACADEMY

LA PREPARACIÓN FÍSICA EN LOS DEPORTES DE EQUIPO: MÉTODO FRANCISCO ¨PACO¨ SEIRU-LO

1

BASES CLAVES PARA EL ENTRENAMIENTO INTELIGENTE

LIC. ARIEL COUCEIRO



CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

17 de Octubre

ACADEMY

08:00 a 13:30



CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

1

TEMAS:

- Qué es entrenar de manera inteligente?
- De la Funcionalidad al Rendimiento: análisis de las demandas de Estabilidad, Movilidad y Control motor.
- El ejercicio como herramienta de evaluación.
- Desde la Respiración fisiológica hacia los distintos patrones básicos de movimientos y ejercicios fundamentales de Fuerza.
- Seguridad, sistema nervioso y producción de fuerza.
- CORE: más allá de la zona media.
- Clasificación funcional de CORE: anti- extensión , anti-flexión, anti-rotación y anti-flexión lateral.
- Saber detener movimientos para transferir fuerza.
- Integración del trabajo de CORE en la sesión de fuerza.
- Evaluación biomecánica, técnica y progresión individualizada de los ejercicios fundamentales de fuerza.

2

METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO ESPECÍFICO DE LA FUERZA EN ASPECTOS DE RENDIMIENTO Y PREVENTIVOS

PROF. JERONIMO MILO

LIC. MARIO DI SANTO



CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

17 de Octubre

ACADEMY

14:30 A 20:00

2

CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

TEMAS:

- Que dice la ciencia sobre el core y la prevencion?
- Categorias del core
- Anatomía, respiración/presiones
- Dosificación teoría del entrenamiento
- Trabajo práctico sobre: big3 preventivos/core convencional/ core no convencional, herramientas kettlebells-trx y analiticos de zona media.
- Entrenamiento Preventivo-Protector.
- Curva longitud-tensión.
- La longitud muscular como parámetro de vulnerabilidad.
- Arquitectura muscular y medidas específicas.
- Fibras, fascículos y sistemas de transmisión de fuerzas: semitendinoso, semimembranoso, porción larga del bíceps y sóleo.
- Músculos fusiformes y peniformes, con sus variaciones. Posibilidades prácticas.

3 INNOVACIÓN Y TECNOLOGÍA EN EL DEPORTE

DR. DANIEL BADANIAN

LIC. ALEJANDRO PASTOR

DRA. DANIELLI MELLO

DR. ANTONIO CARLOS GOMES



CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

17 de Octubre

ACADEMY

08:00 a 13:30

3

TEMAS:

- Cómo y cuánto influye la tecnología en el deporte actual?
- Introducción a los recursos tecnológicos en el deporte.
- Tecnologías en la medicina deportiva.
- Como desarrollar la planificación del entrenamiento como base en la tecnología moderna.
- La tecnología portátil y los equipos de evaluación.
- Métodos de recuperación física y mental.
- Que evaluar y como analizamos los datos con la tecnología GPS en los jugadores durante el entrenamiento y la competencia.
- Innovación y Tecnología en Neurociencias



CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

LIC.
ANTONELLA
GUARILLA

DRA.
GABRIELA
MOLINARI

4

PILATES TERAPÉUTICO



CONGRESO
DE PUNTA

Punta del Este,
Uruguay

17 de Octubre

ACADEMY

14:30 A 20:00





4

TEMAS:

- Pilates Terapéutico Basado en Evidencia
- De la evaluación al plan terapéutico
- Ejercicio basado en evidencia
- Dolor músculo esquelético y dolor persistente
- Razonamiento clínico y evaluación funcional
- Lumbalgia, hernia de disco, embarazadas y lesiones de hombro
- Prescripción basada en carga, progresión y biomecánica aplicada
- Comunicación terapéutica
- Tecnología e inteligencia artificial aplicadas a la evaluación y el seguimiento

CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

5

PILATES FITNESS

DRA. GABRIELA MOLINARI

LIC. ANTONELLA GUARILLA



CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

18 de Octubre

ACADEMY

08:00 a 13:30

5

PILATES FITNESS:

- Reformer Colectivo y Mat Pilates con Accesorios
- Fundamentos y Panorama del Mercado
- Lenguaje y Conducción de la Clase
- Resortes y Ajuste de Resistencia
- Práctica Combinada – Tren Superior y Core
- Práctica Combinada – Tren Inferior y Cuerpo Completo
- Cardio y Plataforma de Salto (Jumpboard)
- Musicalidad Aplicada
- Mat Pilates Colectivo con Accesorios: Theraband, Magic Circle y Bastón
- Vivencia práctica y tendencias internacionales
- Planificación Metodológica de Sesiones en Mat, Reformer Tower y Circuit.





CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

6

PROF.
JERONIMO
MILO



METODOLOGÍA FUNCIONAL APLICADA AL ENTRENAMIENTO

CONGRESO
DE PUNTA

Punta del Este,
Uruguay

17 de Octubre

ACADEMY

08:00 a 13:30

6

TEMAS:

- Bases y definiciones del entrenamiento funcional.
- Movimiento funcional vs. ejercicio funcional.
- Fundamentos teóricos y diferencias conceptuales.
- Screening básico: Evaluación funcional del movimiento para detectar compensaciones, asimetrías y limitaciones antes de programar el entrenamiento.
- Patrones de movimiento y principios del entrenamiento
- Progresiones y regresiones de ejercicio.
- Organización de los principales sistemas funcionales.
- Estabilidad: los 3 sistemas reales.
- Modelos de entrenamiento: series tradicionales, EMOM, AMRAP, circuitos, intervalos, y otros formatos de organización del trabajo.
- Entrenamiento no convencional: Kettlebell, TRX, sandbag, bandas de resistencia, sacos búlgaros, ejercicios con implementos inestables.
- Vías anatómicas: cadenas musculares y su aplicación práctica en el diseño de ejercicios funcionales.
- Diseño de sesiones: cómo armar una clase o rutina funcional completa: entrada en calor, bloque principal, vuelta a la calma. Criterios de dosificación y secuenciación según el objetivo.

CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

7 FÚTBOL: METODOLOGÍA DE LAS CARGAS DEL ENTRENAMIENTO Y LA PLANIFICACIÓN DE LA MICROESTRUCTURA



DR. JULIO TOUS

MAG. HORACIO ANSELMI

LIC. ALEJANDRO PASTOR

MAG. RAFAEL WINICKI

DR. ANTONIO CARLOS GOMES

CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

17 de Octubre

ACADEMY

08:00 a 13:30

7

TEMAS:

- Entrenamiento de la fuerza en el fútbol moderno.
- Metodología del entrenamiento de la potencia muscular y la pliometría en el jugador de fútbol.
- Los diferentes tipos de pliometría en el fútbol.
- Relación de la pliometría con acciones específicas del deporte fútbol.
- Aplicación práctica del entrenamiento pliométrico.
- Cómo cuantificar y cuánto aplicar al entrenamiento pliométrico.
- Organización y planificación de la sesión y semana del entrenamiento con y sin competencia.
- Como interpretar y aplicar la información de los datos para facilitar la planificación del entrenamiento.
- Que debemos saber del método actual en la preparación física del futbol profesional.
- Que debemos saber del uso de medición de GPS en el entrenamiento, dentro de una cancha de fútbol y en la competencia?
- Como interpretar los datos de los diferentes jugadores y puestos de un equipo con medición de GPS.



CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

8

ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA: DESDE LA INICIACIÓN METODOLÓGIA HACIA LA PLANIFICACIÓN DEL ALTO RENDIMIENTO DEPORTIVO

MAG.
HORACIO
ANSELMI



CONGRESO
DE PUNTA

Punta del Este,
Uruguay

17de Octubre

ACADEMY

14:30 A 20:00



CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

8

TEMAS:

- La zona media: paso a paso de la interpretación al ejercicio funcional. (Práctico)
- Planificación del entrenamiento de la fuerza y la potencia.
- De la teoría a la práctica: como se estructura la sesión de entrenamiento.
- Hablemos de técnica: como corregir y realizar correctamente la ejecución de los ejercicios más utilizados en el entrenamiento de la fuerza.(Práctico)
- Porque los ejercicios dinámicos son imprescindibles.
- Como planificar y periodizar los circuitos de fuerza.
- Como planificar y periodizar los circuitos de fuerza específicos e intermitentes.

9

AQUA SENIORS Y ACTIVIDAD FÍSICA FUNCIONAL ADAPTADA PARA LA SALUD EN LOS ADULTOS MAYORES

LIC. NADYA KATICH

LIC. VANINA DELFINO

MAG. SUSANA ZEMIN



CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

17de Octubre

CAMPUS DE MALDONADO

14:30 A 20:00

9

TEMAS:

- El entorno acuático como medio de entrenamiento para el adulto mayor
- Beneficios y propiedades del agua aplicadas al ejercicio.
- El medio acuático como entorno seguro y funcional.
- Planificación y progresión del entrenamiento
- Uso del equipamiento y progresión de las cargas.
- Motivación a través del juego y la interacción social
- Estrategias lúdicas para aumentar la participación y la adherencia, seguimiento y evaluación
- Adaptaciones e individualización del entrenamiento, ajuste de ejercicios según las capacidades y necesidades de cada participante.
- Cuidado postural e independencia funcional
- Test de Cualidades Físicas. Justificación y Protocolos.
- Resultados en 20 años del programa JUBILACION
- Guía de escalas de Valoración.
- Por qué caminar ?
- Programa modelo de caminata
- Deportes adaptados: Triatlon
- Práctico: Evaluaciones Físicas, Test de Rockport

CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

10

LIC.
VANINA
DELFINO



CICLISMO ACUÁTICO

18 de Octubre
CAMPUS DE
MALDONADO
08:00 a 13:30

CONGRESO
DE PUNTA

Punta del Este,
Uruguay



10

TEMAS:

- Fundamentos del ciclismo acuático
- Beneficios, técnica y correcta regulación de la bicicleta.
- Técnica de pedaleo
- Posición corporal, eficiencia del movimiento y control de la intensidad.
- Planificación del entrenamiento
- Diseño de sesiones, progresión de las cargas y perfiles de trabajo.
- Circuit Training Acuático
- Estrategias para integrar la bicicleta con estaciones utilizando cinturones de flotación, tobilleras y “pancho” (noodle), desarrollando fuerza, resistencia y estabilidad.
- Metodología y recursos
- Uso de la música, dinámicas grupales y herramientas de motivación para maximizar la experiencia de entrenamiento.
- Seguridad y evaluación
- Adaptación a diferentes niveles, prevención de lesiones y seguimiento del progreso.

CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

DR. DARÍO SANTOS

LIC. NADYA KATICH

11

PREVENCIÓN Y REHABILITACIÓN ESPECÍFICA DE LAS LESIONES MUSCULARES EN EL DEPORTE





CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

18 de Octubre

ACADEMY

08:00 a 13:30



11

TEMAS:

- Ejercicios terapéuticos para la rehabilitación de las lesiones deportivas más frecuentes de rodilla (LCA, LCM, Meniscopatías).
- STAM: Trastornos de la escápula (definición de un nuevo concepto) y su rehabilitación.
- Ejercicios terapéuticos para la rehabilitación de las lesiones de los isquiotibiales.
- Fuerza, potencia y control motor en la rehabilitación del ligamento cruzado anterior.
- Circuitos pensados para la rehabilitación integral de lesiones deportivas.

CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

12

CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL EN PERSONAL TRAINING WTTC- WORLD TOP TRAINERS CERTIFICATION



MAG.
CRISTIANO
PARENTE



CONGRESO
DE PUNTA

Punta del Este,
Uruguay

18 de Octubre

ACADEMY

08:00 a 13:30

12

TEMAS:

MÓDULO DE TÉCNICAS MODERNAS DEL ENTRENAMIENTO

- Biomecánica Individualizada: las informaciones y la manera de hacer evaluaciones biomecánicas. individualizadas para prescripción del entrenamiento.
- Fisiología e Psicología: como la psicología puede cambiar los resultados y la prescripción el entrenamiento para resultados más rápidos.
- Periodización para la Salud: herramienta de periodización del entrenamiento para entrenamiento de la salud.
- Principios Modernos del Entrenamiento: los principios modernos del entrenamiento que vienen antes de los principios tradicionales.



CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

12

CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

MÓDULO DE NUTRICIÓN Y SUPLEMENTACIÓN DEPORTIVA

- Conceptos y herramientas para un cambio de comportamiento alimentario, eficiente y moderno.
- Los 7 conceptos de planificación.
- Los contenidos responsables de un programa eficiente y con resultados.
- Suplementación deportiva: qué es y qué importa saber; qué suplementos funcionan o no, cómo maximizar los resultados de la adherencia al entrenamiento con suplementos.
- Ejercicio y nutrición: acelerar, estabilizar o retrasar los resultados.
- Objetivos vs Actividades / Modalidades vs Demandas Nutricionales: enfoque, ciencia y realidad.
- Psicología vs Adherencia: la orientación inteligente y planificada en relación con la nutrición es una herramienta muy poderosa en la participación del cliente.
- Ejercicio y suplementación: lo más actual y habitual y cómo es posible ampliar el resultado, la percepción de valor y calidad, de forma inteligente.

Después de asistir al Curso, cada alumno tendrá su Certificado y el material del módulo en su perfil en nuestro website y será parte de los Entrenadores Certificados WTTC.

13

LAS PRÁCTICAS ACUÁTICAS INCLUSIVAS PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD DESDE UNA PERSPECTIVA LÚDICA , EDUCATIVA, DEPORTIVA Y TERAPÉUTICA

LIC.
MARCELO
RUIZ DIAZ



CONGRESO
DE PUNTA

Punta del Este,
Uruguay

17 de Octubre
CAMPUS DE
MALDONADO
14:30 A 20:00

13

TEMAS:

- **FUNDAMENTOS Y BENEFICIOS DEL MEDIO ACUÁTICO:** Beneficios físicos, cognitivos y socio-emocionales. Abordaje del temor al agua. La socialización.
- **LOS 5 ENFOQUES:** Recreativo - Educativo -Terapéutico - Deportivo - Inclusivo
- **SEGURIDAD ACUÁTICA Y PREVENCIÓN:** Normas de seguridad, rol del guardavidas/profesor. - Prevención de ahogamiento. Adaptaciones de seguridad para personas con discapacidad.
- **DESARROLLO Y APRENDIZAJE MOTOR EN EL AGUA:** Etapas de adquisición de habilidades acuáticas. -Patrones básicos: respiración, flotación, propulsión, coordinación. - Cómo el agua estimula la psicomotricidad y la autonomía.
- **ADAPTACIONES Y AYUDAS TÉCNICAS PARA LA INCLUSIÓN:** Uso de materiales - Estrategias de comunicación. Ingreso/egreso asistido. - Adaptaciones curriculares para TEA, discapacidad motriz, intelectual y sensorial.
- **EL JUEGO COMO HERRAMIENTA TRANSVERSAL:** Diseño de juegos acuáticos con objetivos recreativos, educativos y terapéuticos. - Cómo usar el juego para trabajar funciones ejecutivas, regulación emocional, vínculo y habilidades sociales.
- **PLANIFICACIÓN DE SESIONES INTEGRALES:** Estructura de una clase y criterios para armar grupos heterogéneos. -Evaluación: cómo medir avances en cada enfoque.
- **ROL DEL PROFESIONAL Y TRABAJO INTERDISCIPLINARIO:** Competencias del profesor de prácticas acuáticas. - Trabajo en equipo - Ética

CONGRESO
DE PUNTA

Punta del Este,
Uruguay

14

LA PREPARACIÓN FÍSICA EN LOS DEPORTES DE EQUIPO: MÉTODO FRANCISCO "PACO" SEIRU-LO



MAG.
XESCO
ESPAR



CONGRESO
DE PUNTA

Punta del Este,
Uruguay

18 de Octubre

ACADEMY

08:00 a 13:30

TEMAS:

- Análisis de la estructura hipercompleja del ser humano y del deportista.
- Las Capacidades cognitivas como fundamento de la táctica y estrategia deportiva.
- Las capacidades condicionales y su relación con la preparación física.
- Las capacidades coordinativas y su apoyo a la estructura de la técnica deportiva.
- Las capacidades socioafectivas como soporte de la motivación y sentimiento de equipo.
- Metodología de la integración de la Fuerza con la Técnica.
- Metodología de la integración de la Resistencia con los Sistemas de Juego.
- Metodología de la integración de la Velocidad con la toma de Decisiones tácticas.
- La Planificación de la Temporada con el Microciclo estructurado.



CONGRESO
DE PUNTA

Punta del Este,
Uruguay

15

GESTIÓN, MARKETING Y PATROCINIO DEPORTIVO PARA CLUBES, FEDERACIONES Y EVENTOS

DR. NICOLAS CABALLERO



CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

17 de Octubre

CAMPUS DE MALDONADO

08:00 a 13:30



15

TEMAS:

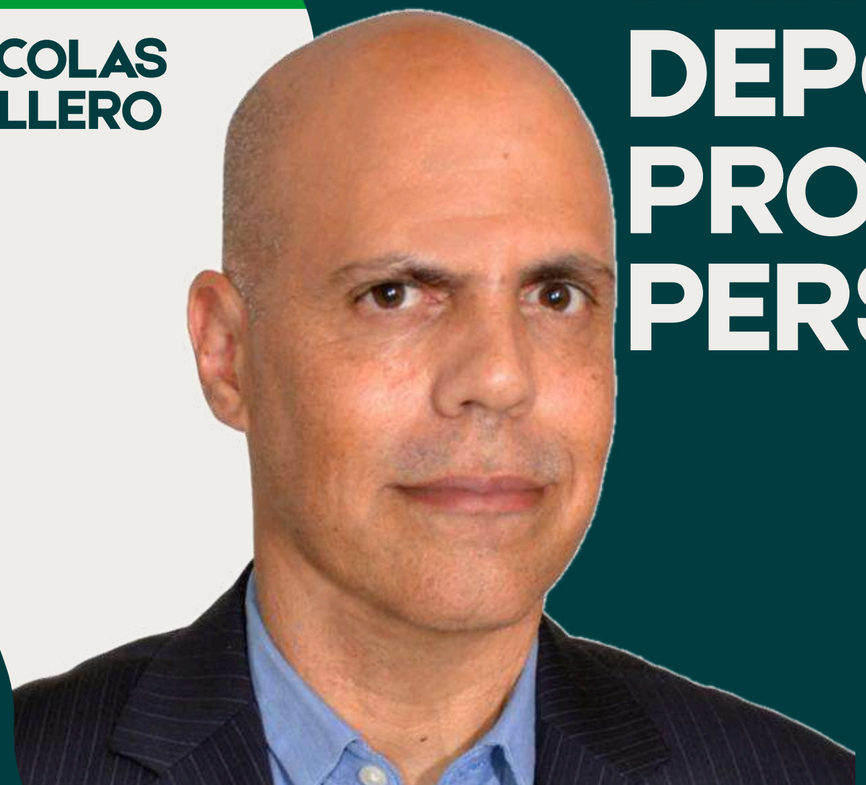
- La industria del entretenimiento.
- El deporte en la industria del entretenimiento.
- Estrategias de posicionamiento.
- Ventajas y desventajas del deporte como producto.
- Marketing deportivo.
- La mezcla de marketing deportivo.
- Desarrollo de proyectos a medida para la prospección y obtención de patrocinio.
- Activación de patrocinio.
- Nuevas plataformas de transmisión.
- ROI y métricas de seguimiento.
- Marketing de emboscada.

CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay

16 GESTIÓN DE CARRERA, MARKETING PERSONAL Y PATROCINIO DE DEPORTISTAS, PROFESORES Y PERSONAL TRAINERS

DR. NICOLAS CABALLERO



17 de Octubre

ACADEMY

14:30 A 20:00



16

TEMAS:

- La mezcla de marketing de atletas, profesores y entrenadores personales
- Estrategias de posicionamiento
- Estrategias de marca y segmentación
- Inteligencia de mercado
- Desarrollo de proyectos a medida para la prospección y obtención de asociaciones
- Activación de patrocinio
- Redes sociales y nuevas tecnologías promocionales
- ROI y métricas de seguimiento

CONGRESO DE PUNTA

Punta del Este, Uruguay



CONGRESO DE PUNTA

www.congresodepunta.com

info@congresodepunta.com

@congresodepunta

+598 099 229 424

ACADEMY
FITNESS & PERFORMANCE

Comité Olímpico Uruguayo

Intendencia de Maldonado
PARA SEGUIR ADELANTE

Secretaría Nacional del Deporte

UruguaySorprende
Ministerio de Turismo

Mag. Andres Barrios 🇺🇾 Uruguay
Director Académico