

20-21-22

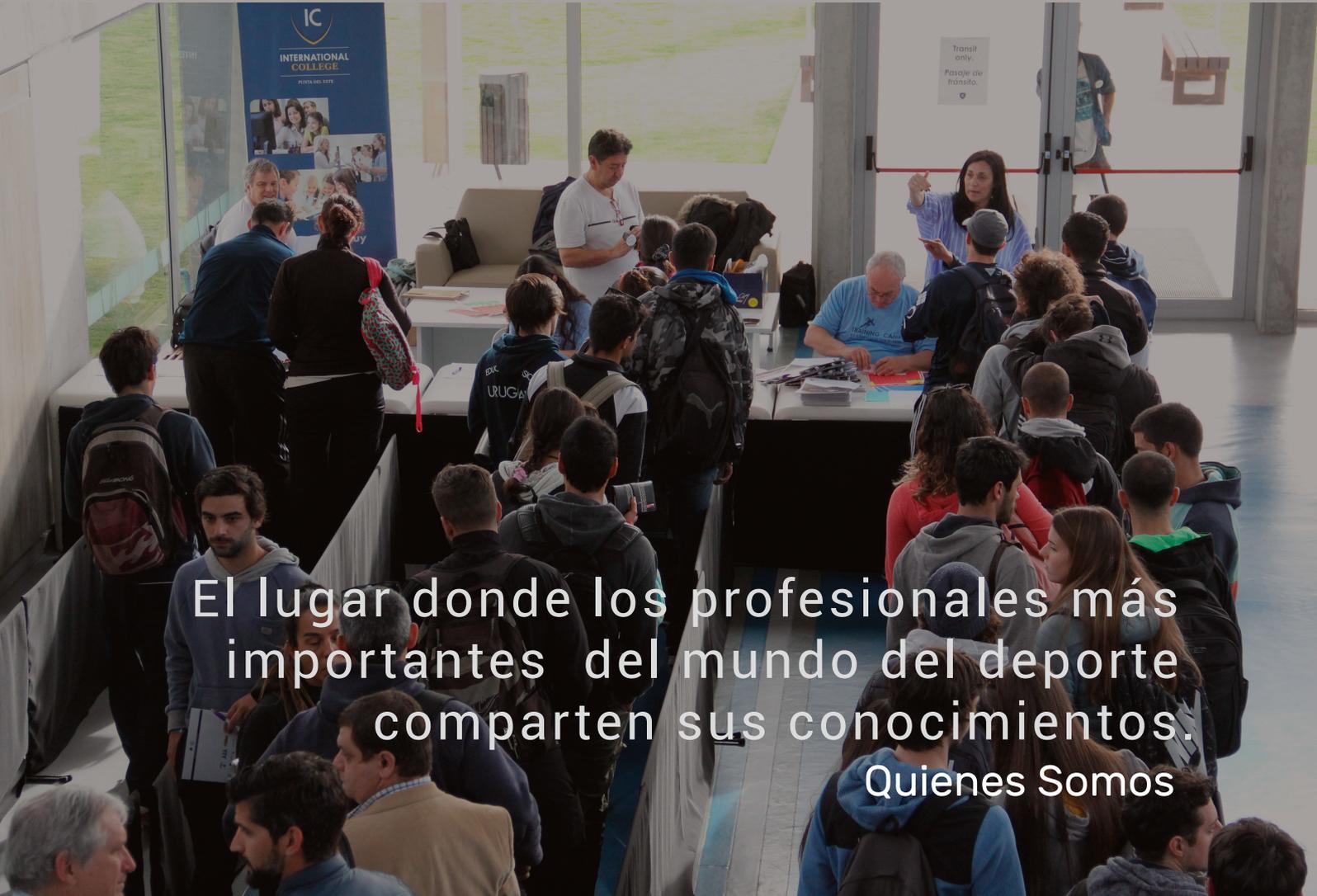
SEPTIEMBRE 2019



# VIII CONGRESO DE PUNTA

TRAINING CAMP 2019 

International Sports Center - Punta del Este



# El lugar donde los profesionales más importantes del mundo del deporte comparten sus conocimientos. Quiénes Somos

Congreso de Punta desde 2012 se ha convertido para el Continente Sudamericano en el evento de mayor importancia en Preparación Física y Medicina del Deporte.

Es una cita anual para los mejores médicos deportólogos, traumatólogos, fisioterapeutas, kinesiólogos, preparadores físicos, profesores de educación física, técnicos deportivos, estudiantes y demás profesionales del área del deporte, nutrición y salud.

Prof. Andrés Barrios  
Coordinador Académico  
Área Preparación Física

Dr. Ruben Argemi  
Coordinador Académico  
Área Medicina Deportiva

Congreso de Punta @congresodepunta @congresodepunta  
[www.congresodepunta.com](http://www.congresodepunta.com) / [info@congresodepunta.com](mailto:info@congresodepunta.com)

Uruguay / Teléfono +59899229424  
Argentina / Teléfono: +54 9 0221 4572687



# VIII CONGRESO DE PUNTA - TRAINING CAMP 2019

## VIERNES 20 DE SETIEMBRE

8.30 : ACREDITACIONES

10.00 HS: Inicio de conferencias magistrales.

Aula magistral: International Arena

20.45Hs : Cierre de la jornada

**10.00 Hs** Neuromecánica en la rehabilitación.  
- **Lic. Nadya Katich (Colombia)**

**10.45 Hs** Ciclo Reproductivo y Entrenamiento en la Mujer: Hacia una posible propuesta.  
- **Lic. Cristian Uema (Argentina)**

**11.30 Hs** Fotobiomodulación en la prevención y tratamiento de las lesiones deportivas.  
- **Dr. Ruben Wernick (Uruguay)**

**12.15 Hs** Diferencias estratégicas de la planificación en deportes colectivos y de tiempo y marca.  
- **Dr. Prof. Antonio Carlos Gomes (Brasil)**

**13.00 Hs CORTE**

**15.00 Hs** Desarrollo y entrenamiento de la hipertrofia, lejos del culturismo y cerca de la salud.  
- **Lic. Ariel Couceiro (Argentina)**

**15.45 Hs** Sistemas dinámicos y complejos: implicaciones para el entrenamiento deportivo y terapéutico.  
- **Lic. Mario Di Santo (Argentina)**

**16.30 Hs** Las actividades físico-deportivas adaptadas para la salud.  
**Mag. Gustavo Moreno (Argentina)**

**17.15 Hs CORTE**

**17.30 Hs** Cómo conseguir los objetivos deportivos con planificaciones lúdicas y competitivas.  
- **Entr. Pablo Lombi (Argentina)**

**18.15 Hs** Formarse y transformarse para lograr la excelencia: La decisión de ser un buen líder.  
- **Téc. Dady Gallardo (Argentina)**

**19.00 Hs** Porque ganan los que ganan.  
- **Dr. Rubén Argemi (Argentina)**  
- **Prof. Andres Barrios (Uruguay)**

**19.45 Hs CEREMONIA DE APERTURA**

**20.00 Hs** Neurociencias: «Metodologías del PSICOM. Una herramienta para el desarrollo deportivo».  
- **Entr. Carmelo Pittera (Italia)**

**20.45 Hs CIERRE DE LA JORNADA**

# VIII CONGRESO DE PUNTA - TRAINING CAMP 2019

## SÁBADO 21 DE SETIEMBRE

8.30 HS: ACREDITACIONES

9.00 HS: Inicio de los cursos específicos.

18.00 Hs: Cierre de la jornada

### **CURSO 1**

Nuevos modelos del entrenamiento de la fuerza. Desde la teoría a la práctica y del concepto a la aplicación

*Lic. Ariel Couceiro (Argentina)*

*Lic. Horacio Anselmi (Argentina)*

### **CURSO 2**

Evaluación, prevención y readaptación deportiva funcional.

*Lic. Mario Di Santo (Argentina)*

*Lic. Nadya Katich (Colombia)*

### **CURSO 3**

FÚTBOL: Entrenamiento físico, técnico y táctico.

*Dr. Prof. Antonio Carlos Gomes (Brasil)*

*Dr. Ruben Argemi (Argentina)*

*Téc. Gerardo Pelusso (Uruguay)*

*Tec. Jorge Giordano (Uruguay)*

*Tec. Mauricio Larriera (Uruguay)*

### **CURSO 4**

Metodología práctica del entrenamiento funcional.

*Lic. Cristian Uema (Argentina)*

### **CURSO 5**

Handball: Nuevos modelos de la preparación física, técnica y táctica de un equipo.

*Tec. Dady Gallardo (Argentina)*

*Lic. Priscila Alvarez (Argentina)*

### **CURSO 6**

Actividad física para la salud.

*Mag. Gustavo Moreno (Argentina)*

*Lic. Nadya Katich (Colombia)*

### **CURSO 7**

Entrenamiento de Hockey.

*Entr. Pablo Lombi (Argentina)*

### **AULA VIRTUAL**

**"REVIVI LO QUE VIVISTE Y CONOCE LO QUE TE PERDISTE"**

*Sala: Dr. Paavo Komi (Finlandia)*



## **CURSO 1**

### **Nuevos modelos del entrenamiento de la fuerza.**

#### **Desde la teoría a la práctica y del concepto a la aplicación.**

**Lic. Ariel Couceiro- Argentina , Lic. Horacio Anselmi- Argentina.**

- Cuales son los niveles de base necesarios para el entrenamiento de la fuerza.- Como desarrollar metodologías, desde lo clásico a lo contemporáneo.
- Test de fuerza y evaluaciones acorde al nivel del deportista.
- Como desarrollar distintos enfoques para los mismos objetivos: basados en el porcentaje de la RM tradicional, basado en la percepción del esfuerzo, basado en la velocidad, basado en el tipo de acortamiento o régimen muscular.
- Como clasificar los ejercicios según el objetivo: ejercicios de activación, ejercicios básicos, ejercicios balísticos, ejercicios pliométricos según nivel del deportista y los ejercicios accesorios.

- Como interpretar los patrones básicos de movimientos y sus progresiones metodológicas de los ejercicios dinámicos funcionales para el entrenamiento de la fuerza.
- Que alternativas realizamos sobre los ejercicios olímpicos de pesas.
- Planificación y armado de la sesión de entrenamiento.

## **CURSO 1**

### **Nuevos modelos del entrenamiento de la fuerza. Desde la teoría a la práctica y del concepto a la aplicación.**



#### **Lic. Ariel Couceiro Argentina**

- Prof. Nac. de Educación Física y Entrenador Nacional de Levantamiento Olímpico de Pesas.
- Certificado DNS Sport (Dynamic Neuromuscular Stabilization, PragueSchool) niveles 1, 2 y 3
- Certificado en Método McGill niveles 1 y 2
- Preparador Físico y Readaptador (Tenis, Voley, Fútbol, Basquet, Rugby, Hockey, Handball, Gimnasia Artística, Judo, MMA, BJJ, Taekwon-Do, Karate-Do, Danza, Acrobacia, Esgrima, Natación, Boxeo, Powerlifting, Pole Dance, Strongman, Ciclismo)
- Fundador de CorpoSão Entrenamiento Inteligente (1999)



#### **Lic. Horacio Anselmi Argentina.**

- Licenciado en Alto Rendimiento Deportivo.
- Especialista en entrenamiento de la fuerza y la potencia.
- Tiene una trayectoria de 30 años en el Club Atlético Boca Juniors.
- Metodólogo del Ente Nacional de Alto Rendimiento Deportivo (Enard, Argentina) y docente universitario (UBA, UCES, UNLZ, USAL)
- Preparador físico de varios deportistas de elite más destacados de Argentina y Latinoamérica logrando medallas internacionales en varias edades y categorías.

## **CURSO 2**

**Evaluación, prevención y readaptación deportiva funcional .  
Lic. Mario Di Santo- Argentina, Lic. Nadya Katich- Colombia.**

- ¿Cómo y qué evaluamos en Fisioterapia?
- Estimulación del movimiento perturbando las capacidades físicas como parte de un programa de prevención de lesiones.
- Paso a paso en la rehabilitación de la propiocepción de miembros superiores e inferiores.
- Circuitos Intermitentes aplicados en rehabilitación.
- La prevención de lesiones deportivas bajo la perspectiva de control motor.
- Isquiotibiales I: aspectos introductorios, prevención y RTP.
- Isquiotibiales II: ejercicios preventivos tipo y circuitos de readaptación funcional post-lesión.

## CURSO 2

### Evaluación, prevención y readaptación deportiva funcional .



#### **Lic. Mario Di Santo** **Argentina**

- Profesor en Educación Física (I.P.E.F.).
- Licenciado en Educación Física (U.N.R.C.).
- Licenciado en Ciencias de la Educación (U.C.C.).
- Postgrado de Kinesiología de la actividad Física y el Deporte.
- Experto en flexibilidad.
- Consultor internacional.



#### **Lic. Nadya Katich** **Colombia.**

- Licenciada en Educación Física, Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid
- Fisioterapeuta, Universidad María Cano
- Especialista en Rehabilitación Deportiva y Preparación Física Énfasis en Ejercicio Terapéutico
- Coordinadora Área de la Salud, IX Juegos Suramericanos Medellín 2010
- Fisioterapeuta Clínica del Campestre, Medellín.
- Conferencista nacional e internacional en temas relacionados con la prevención, educación, rehabilitación y entrenamiento deportivo.

### **CURSO 3**

**Entrenamiento físico - técnico y táctico en el fútbol.**

**Dr. Prof. Antonio Carlos Gomes - Brasil, Dr. Rubén Argemi- Argentina,  
Téc. Gerardo Pelusso- Uruguay, Téc. Jorge Giordano- Uruguay,  
Téc. Mauricio Larriera- Uruguay.**

- 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?
- Evolución del rendimiento físico del futbol juvenil entre las edades de 14 a 20 años con medición de GPS en Club Atlético Boca Juniors.
- Las pruebas de campo predicen el rendimiento físico en competencia?
- Como planificar y que debemos entrenar en la preparación física del futbolista.
- Nuestro Modelo de Entrenamiento: Trabajo en bloques, defensivo y ofensivo.
- Desarrollo del bloque defensivo: La defensa en bloque bajo, repliegues a extrema defensa, duelos y juego aéreo defensivo. (Práctico)
- Desarrollo del bloque ofensivo: Combinaciones de ataque, zonas, carriles y funciones de ataque, finalizaciones de ataque combinativo. (Práctico)
- Gestión de organizaciones deportivas: diagnóstico y plan de acción.

## **CURSO 3**

### **Entrenamiento físico - técnico y táctico en el fútbol.**



#### **Dr. Prof. Antonio Carlos Gomes- Brasil**

- PH.D En Ciencias del Entrenamiento Deportivo por la Universidad Nacional de Cultura Fisica de Rusia.
- Maestro en Ciencias Biologicas por el Instituto Estatal del Orden de Lenin de Rusia.
- Coordinador físico de fútbol en el Club Corinthians de Brasil logrando varios títulos en Campeonatos Paulistas y Copa Libertadores de América.
- Entrenador de varios jugadores profesionales de Fútbol como Ronaldo de Brasil.
- Docente Universitario y coordinador de enseñanza de la Academia de Entrenadores por el Comité Olímpico de Brasil.
- Vicepresidente de la Confederación Internacional de Entrenadores Deportivos de habla Portuguesa.
- Consultor y Metodologo de varios atletas mundiales y olímpicos en multiples disciplinas atléticas y modalidades deportivas.
- Autor de varios libros y artículos científicos en el área del entrenamiento deportivo.



#### **Dr. Rubén Argemi Argentina,**

- Especialista en medicina del deporte
- Directos del Boca Lab. Laboratorio de evaluaciones Club Atlético Boca Juniors
- Vicepresidente federacion argentina de medicina del deporte
- Comisión de educación federacion panamericana medicina del deporte
- Director curso de especialización en medicina del deporte. Universidad nacional de la plata
- Director Centeo Especializado en Medicina del Deporte. La Plata. Argentina.

## CURSO 3

### Entrenamiento físico - técnico y táctico en el fútbol.



#### **TÉC. Gerardo Pelusso** **Uruguay**

- Ex Jugador de Fútbol Profesional de Liverpool F.C, Selección Uruguay y equipos de México y Ecuador.
- Entrenador de varios equipos:
- 1995 - C.A. CERRO - Vice Campeón Uruguayo - Clasificación a Copa Libertadores.
- 2004 - DANUBIO F.C. - Campeón Uruguayo.
- 2006 - ALIANZA DE LIMA - Campeón Nacional del Fútbol Peruano.
- 2009 - CLUB NACIONAL de FUTBOL 2009 - Campeón Uruguayo y Semi-Final de Copa Libertadores
- 2010 - CLUB UNIVERSIDAD DE CHILE - Semi-Final de Copa Libertadores.
- 2011 - OLIMPIA de PARAGUAY - Campeón del Fútbol Paraguayo.
- 2012-13 - SELECCIÓN PARAGUAYA DE FUTBOL.
- 2015 - SANTA FE de BOGOTA - Campeón Copa Sudamericana.
- 2016 - AL ARABI de QATAR.
- 2018 - DEPORTIVO CALI de COLOMBIA.

En la actualidad es Directivo de AUDEF. (Asociación Uruguaya de Entrenadores de Fútbol) e Integrante del GET (Grupo de Estudios Técnicos) de CONMEBOL



#### **Téc. Jorge Giordano** **Uruguay,**

- Instituto Superior de Educación Física, Montevideo - Uruguay
- Entrenador de fútbol profesional, Marzo / 1993 Titulado
- Udelar - Maestría en Economía, Derecho y Gestión del Deporte Diciembre / 2014 Titulado
- 2019- Actual Secretario Técnico del Club Nacional de Football.
- 2018 - 2019 Club Atlético RiverPlate (Uruguay) - Entrenador Principal Clasificación a Copa Sudamericana 2019
- 2017 - Montevideo Wanderers F.C. - Entrenador Principal Pasaje de fase Copa Libertadores 2017 Clasificación a Copa Libertadores 2018
- 2013 - 2016 Club Atlético Juventud de las Piedras - Entrenador Principal Clasificación a Copa Sudamericana 2015

## CURSO 3

### Entrenamiento físico - técnico y táctico en el fútbol.



#### **Téc. Mauricio Larriera** **Uruguay**

- Entrenador de Fútbol Licencia Pro.
  - Gerente Deportivo.
  - Ex futbolista profesional militando varios equipos: Liverpool FC, C.A. Rentistas, Miramar Misiones, Deportivo Maldonado, Central Español, Racing C. de Montevideo, C.C.El Tanque Sisley.
  - Entrenador de diferentes equipos:
  - Entrenador de Fútbol Licencia Pro.
  - Gerente Deportivo.
  - Ex futbolista profesional militando varios equipos: Liverpool FC, C.A. Rentistas, Miramar Misiones, Deportivo Maldonado, Central Español, Racing C. de Montevideo, C.C.El Tanque Sisley.
  - Entrenador de diferentes equipos:
- DT. C.C.S y D. El Tanque Sisley. (2ª división Profesional), URUGUAY.
- AT. Club Alianza Lima, PERÚ.
- AT. Club Nacional de Football, URUGUAY
- AT. Club Universidad de Chile. CHILE

- AT. Club Olimpia. PARAGUAY
- AT. Selección Paraguaya de Fútbol. PARAGUAY
- DT. Club Sol de América, PARAGUAY.
- DT. Racing Club de Montevideo, URUGUAY.
- DT. Defensor Sporting Club, URUGUAY.
- DT. Al Wakrah Sport Club, QATAR.
- DT. Club Godoy Cruz Antonio Tomba de Mendoza, ARGENTINA.
- DT. O'Higgins de Rancagua F.C., CHILE.
- En la actualidad es Directivo de A.U.D.E.F.
- 01/2005 - DT. C.C.S y D. El Tanque Sisley. (2ª división Profesional), URUGUAY.
- 01/2007 - AT. Club Alianza Lima, PERÚ.
- 10/2007- AT. Club Nacional de Football, URUGUAY
- 12/2009- AT. Club Universidad de Chile. CHILE
- 06/2011- AT. Club Olimpia. PARAGUAY
- 06/2012- AT. Selección Paraguaya de Fútbol. PARAGUAY
- 2013.- DT. Club Sol de América, PARAGUAY.
- 2014.- DT. Racing Club de Montevideo, URUGUAY.
- 2015.-DT. Defensor Sporting Club, URUGUAY.
- 2015 - DT. Al Wakrah Sport Club, QATAR.
- 2017.- DT. Club Godoy Cruz Antonio Tomba de Mendoza, ARGENTINA.
- 2018.-DT. O'Higgins de Rancagua F.C., CHILE.
- En la actualidad es Directivo de A.U.D.E.F.

SÁBADO 21  
DE SEPTIEMBRE

**CURSO 4**  
**Metodología Práctica del Entrenamiento Funcional**  
**Prof. Cristian Uema- Argentina**

- Cerebro, movimiento y el entrenamiento funcional.
- Entrenar Movimientos vs Entrenar Músculos, el papel de las cadenas musculares.
- Patrones motores vs maquinas simples.
- En fitness, primer paso, activar la creatividad del docente, continuo funcional: progresión de la menor a mayor complejidad funcional. (Práctico)
- Aproximación práctica y vivencial a los diferentes dispositivos funcionales. (Práctico)
- Principios programáticos de sesiones de entrenamiento. (Práctico)

## **CURSO 4**

### **Metodología Práctica del Entrenamiento Funcional**



**Prof. Cristian Uema**  
**Argentina**

- Especialista en Entrenamiento Funcional
- Coordinador del Área de Ejercicio con Orientación terapéutica (Sportlife/SportWay, Cancún, México).
- Entrenador Personal en la cadena Sport City (Cancún, México).
- Entrenador y Coordinador del área de evaluación y rendimiento deportivo, Kinemedic, 360, Guadalajara, México).
- Profesor y Coordinador Académico de Fitness & HealthInstitute.

SÁBADO 21  
DE SETIEMBRE

## **CURSO 5**

**Handball: nuevos modelos de la preparación física, técnica y táctica de un equipo. Lic. Priscila Alvarez (Argentina)  
Tec. Dady Gallardo (Argentina)**

- La preparación física del jugador de handball. Características del deporte, necesidades específicas.
- Factores claves de la Técnica individual defensiva.
- Puestos específicos, características. Fortalezas y debilidades.
- Trabajo específico de la preparación física en cancha. Como coordinar el trabajo Físico, Técnico y Táctico del equipo.
- Técnica individual ofensiva, factores claves para su desarrollo.
- Desplazamientos, juego 1 vs 1 hasta 2 vs 2.
- Como desarrollar el Trabajo físico y técnico del puesto de arquero.

## **CURSO 5**

### **Handball: nuevos modelos de la preparación física, técnica y táctica de un equipo.**



#### **Tec. Dady Gallardo Argentina**

- Actual Entrenador de la Selección Argentina de Handball Femenino.
- Head Coach de Handball del Club A. River Plate- Argentina.
- Ex entrenador de la selección Argentina de Handball Masculino.
- Múltiple Campeón Panamericano de Handball.
- Participo en 3 Mundiales y 2 Juegos Olímpicos.
- Elegido tercer mejor entrenador mundialista por IHF.



#### **Lic. Priscila Alvarez Argentina**

- Licenciada en Alto Rendimiento Deportivo.
- Actual Preparadora Física de la Selección Argentina de Handball Femenino.
- Especialista en Levantamiento de pesas.
- Head Coach del Departamento Físico de diferentes Clubes de Rugby de Argentina .



## **CURSO 6**

### **Actividad física adaptada para la salud.**

**Mag. Gustavo Moreno (Argentina)**

**Lic. Nadia Katich (Colombia)**

- Brindar formación técnica para la adecuada prescripción de la actividad física en prevención primaria y secundaria de la salud.
- Conocer la influencia de las Actividades Físicas y el Deporte como parte del tratamiento integral de las enfermedades crónicas no transmisibles.
- Aprender a prescribir la Actividad Física Adaptada para las diferentes patologías.
- Desarrollar el Programa de actividades físicas Adaptadas para la Salud.
- Aprender a dictar clases y/o sesiones de Actividades Físicas para la salud.
- La Inactividad Física y su relación con la Salud.
- Porque la Inactividad Física es un tema crítico en Salud pública.
- Recomendaciones Actuales sobre la práctica de Actividad Física para la Salud.
- Actividades Físicas Adaptadas para la Salud
- La Actividad Física Adaptada, Definición: una aproximación conceptual
- Clasificación de las diferentes áreas de la Actividad Física Adaptada a la salud.
- Criterios de Inclusión.
- Ámbitos de incumbencia dentro del equipo interdisciplinario
- Componentes para la prescripción de las AFA
- Principios de las Actividades Físicas Adaptadas a la Salud
- Prescripción de la AF para ECNT. Enfermedades Crónicas No Transmisibles

## **CURSO 6**

### **Actividad física adaptada para la salud.**

- Prescripción del ejercicio para personas con Asma, Cardiovasculares, Hipertensión y Diabetes.
- Entrenamiento Aeróbico y sus beneficios para el Asma Inducido por Ejercicio, hipoglucemia inducida por ejercicio, descompensaciones cardiovasculares.
- Plan estratégico y etapas de un Programa y criterios de evaluación
- Modelo de un Programa de Actividades Físicas Adaptadas para ECNT.
- Hipótesis de trabajo en la Natación para afecciones respiratorias.
- Objetivos Específicos de la Natación para personas con afecciones respiratorias.
- Metodología del trabajo y Métodos de campo para el control de la Intensidad de los ejercicios.
- Observación de signos y síntomas.
- Prescripción de Actividad Física y Deportes para personas con Trasplantes de órganos.
- Aspectos y recomendaciones a tener en cuenta en la práctica de actividades físicas en diferentes trasplantes.
- Fisiología del ejercicio en deportistas trasplantados.
- El movimiento como guardián de la salud.
- Recuperar, ganar, mantener e integrar las capacidades físicas en el adulto mayor a través del ejercicio terapéutico.

## **CURSO 6**

### **Actividad física adaptada para la salud.**



#### **Prof. Gustavo Moreno. Argentina**

- Doctorado en "Ciencias de la Salud", en la Facultad de Medicina de la Universidad Barceló.
- En el año 2008 obtuvo una Maestría en "Diseño y Gestión de Programas de Actividad Física para la Salud", en la Universidad CAECE.
- En el año 2000 se gradúa de Licenciado en Educación Física y Deportes en la Universidad de Flores.
- Se formó en el exterior en el INTERNATIONAL COURSE ON PHYSICAL ACTIVITY AND PUBLIC HEALTH.C.D.C. Centers for Disease Control and Prevention, U.S. Department of Health & Human Service. WHO, Collaborating Center for Physical Activity and Health Promotion.Ciudad de Atlanta, Georgia, USA. Año2006.
- Desarrolla su actividad profesional en la Secretaría de Deportes de la Nación,Argentina, desde el año 1996.
- Fue Director de Juegos Regionales y Latinoamericanos y Coordinador del Programa Nacional de Deporte y Salud, del Plan Nacional de Deporte Social, de la Secretaria de Deportes de la Nación. Dirigiendo los Proyectos Nacionales interdisciplinarios de Deporte y Trasplante, Deporte y Diabetes, Deporte y Obesidad, Deporte y Asma, Deporte Cardiovascular y Lucha Contra el Sedentarismo en el CeNARD, Centro Nacional de Alto Rendimiento Deportivo y en las Provincias. Coordinó en los años 2000 a 2004 el CAID Centro Argentino de Información Deportiva.
- Forma parte el equipo de Capacitación e Investigación del la Secretaria de Deportes de la Nación en el área de Deporte y Salud. Habiendo dictado más de 300 cursos y conferencias nacionales e internacionales.
- Coordina la Red Nacional de Actividad Física y Salud Pública, representando a la Argentina en el RAFA-PANA, Red de Actividad Física de las Américas.
- Fue Director Deportivo de los "Juegos Deportivos Internacionales para Pacientes con Asma", Buenos Aires, Argentina año 2000, Monterrey, México año 2002, Maldonado,

## **CURSO 6**

### **Actividad física adaptada para la salud.**

Uruguay año 2004, Los Ángeles, EEUU año 2006, Distrito Federal, México año 2008, Madrid, España año 2010 y Gotemburgo, Austria año 2012.

- Head Coach de Selección Argentina de Deportistas Trasplantados en los “Juegos Mundiales para Deportistas Trasplantados” en Dúrbán, Sudáfrica en el año 2013, Málaga, España 2017 y Newcastle, Inglaterra 2019.

Es Autor de varios libros y artículos con diversas obras publicadas.



#### **Lic. Nadya Katich Colombia.**

- Licenciada en Educación Física, Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid
- Fisioterapeuta, Universidad María Cano
- Especialista en Rehabilitación Deportiva y Preparación Física Énfasis en Ejercicio Terapéutico
- Coordinadora Área de la Salud, IX Juegos Suramericanos Medellín 2010
- Fisioterapeuta Clínica del Campestre, Medellín.
- Conferencista nacional e internacional en temas relacionados con la prevención, educación, rehabilitación y entrenamiento deportivo.

SÁBADO 21  
DE SETIEMBRE



## **CURSO 7**

### **Entrenamiento de Hockey: el Arte del Gol**

**Entr. Pablo Lombi- Argentina**

- Como es el proceso del gol en el Hockey.
- Que técnicas se utilizan para definir o hacer el gol.
- Cuales son los conceptos tácticos que existen para resolver cada situación de gol.
- Como entrenar las técnicas individuales de cada jugador. (Práctico)
- Cuando y como entrenar en forma dinámica las situaciones de ataque. (Práctico)
- Desarrollo técnico de ejercicios lúdicos y competitivos con el objetivo de hacer el gol. (Práctico)
- Defender en equipo: Técnicas de quites y metodología de entrenamiento del 1 vs 1. (Práctico)

## **CURSO 7**

### **Entrenamiento de Hockey: el Arte del Gol**



#### **Entr. Pablo Lombi** **Argentina**

- Como jugador integró la Selección Nacional Argentina de Hockey desde 1996 hasta 1998 donde participó en Sudamericanos, Panamericanos, Mundiales y los Juegos Olímpicos de Barcelona 1992 y Atlanta 1996.

- Actualmente es entrenador de primera división de Damas del Club GEBA de Argentina.

- Es director de Lombiproject, empresa dedicada a la formación de jugadores de hockey

- Durante los años 2003 y 2009 fue el técnico de la Selección Nacional Argentina Sub 21 de Hockey Varones logrando la medalla de oro en el Mundial de Holanda y los Panamericanos 2004 y 2008.

- Durante los años 2009 al 2012 fué entrenador de la Selección Nacional Argentina De Hockey Varones donde conquistó la medalla de oro en el pre-mundial 2009 y los Juegos Panamericanos 2011. Participó en los Juegos Olímpicos 2012

# VIII CONGRESO DE PUNTA - TRAINING CAMP 2019 DOMINGO 22 DE SETIEMBRE

8.30 HS: ACREDITACIONES

9.00 HS: Inicio de los cursos específicos.

18.00 Hs: Cierre de la jornada

## **CURSO 8**

Velocidad vs Resistencia: El entrenamiento de la carrera como medio principal de desplazamiento.

*Dr. Antonio Carlos Gomes (Brasil)*

*Prof. Andrés Barrios (Uruguay)*

## **CURSO 9**

Evaluar, detectar y desarrollar el entrenamiento inteligente.

*Lic. Ariel Couceiro (Argentina)*

## **CURSO 10**

Neurociencias aplicadas al desarrollo cognitivo Motor. Sistema PSICOM

*Entr. Carmelo Pittera (Italia)*

## **CURSO 11**

Surf: Entrenamiento específico técnico y físico.

*Lic. Nicolás Laprida (Argentina)*

## **CURSO 12**

Nuevas tendencias en Fitness Acuático.

*Lic. Cristina Barcala (Argentina)*

## **AULA VIRTUAL**

**"REVIVI LO QUE VIVISTE Y CONOCE LO QUE TE PERDISTE"**

*Sala: Dr. Paavo Komi (Finlandia)*

DOMINGO 22  
DE SETIEMBRE



## **CURSO 8**

### **Velocidad Vs Resistencia: la carrera como medio principal de desplazamiento. Dr. Antonio Carlos Gomes - Brasil Prof. Andres Barrios - Uruguay**

- Análisis técnico y biomecánico de la carrera en las pruebas de velocidad y resistencia.
- Metodología de enseñanza y corrección de errores.
- Que medios y métodos utilizamos en la práctica para mejorar la fuerza explosiva y la velocidad en los deportistas.
- Cuales son los test específicos que se realizan en las pruebas de velocidad y vallas.
- Desde la teoría a la práctica sobre la metodología del entrenamiento en las pruebas de medido fondo y fondo.
- Diagnóstico práctico de las capacidades motoras de los corredores de fondo: frecuencia cardíaca, velocidad media, ritmo específico de prueba, amplitud y frecuencia de zancada.
- Como planificamos el entrenamiento sobre diferentes estructuras a partir de las evaluaciones.
- Métodos específicos del desarrollo de la resistencia para los corredores de calle.

## CURSO 8

### Velocidad Vs Resistencia: la carrera como medio principal de desplazamiento.



#### **Dr. Prof. Antonio Carlos Gomes- Brasil**

- PH.D En Ciencias del Entrenamiento Deportivo por la Universidad Nacional de Cultura Fisica de Rusia.
- Maestro en Ciencias Biologicas por el Instituto Estatal del Orden de Lenin de Rusia.
- Coordinador físico de fútbol en el Club Corinthians de Brasil logrando varios títulos en Campeonatos Paulistas y Copa Libertadores de América.
- Entrenador de varios jugadores profesionales de Fútbol como Ronaldo de Brasil.
- Docente Universitario y coordinador de enseñanza de la Academia de Entrenadores por el Comité Olímpico de Brasil.
- Vicepresidente de la Confederación Internacional de Entrenadores Deportivos de habla Portuguesa.
- Consultor y Metodologo de varios atletas mundiales y olímpicos en multiples disciplinas atléticas y modalidades deportivas.
- Autor de varios libros y artículos científicos en el área del entrenamiento deportivo.



#### **Prof. Andres Barrios Uruguay**

- Prof. Educación Física.
- Técnico en Atletismo y nivel V de la IAAF.
- Especialista en Alto Rendimiento Deportivo.
- Director del Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jovenes - Sede Maldonado.
- Docente Universitario del ISEF y IUACJ.
- Reconocido a nivel mundial como uno de los mejores especialistas en el entrenamiento de la velocidad.
- Participa como entrenador en múltiples Campeonatos Sudamericanos, Iberoamericanos, Panamericanos y Mundiales.
- Participa con varios atletas en las pruebas de velocidad en 5 Juegos Olímpicos.
- Como entrenador obtiene mas de un centenar de records y medallas a nivel Nacional, Sudamericanos, Iberoamericanos, Panamericanos y Mundiales desde 1992 hasta la fecha.
- Entrenador personal y metodologo de varios deportistas a nivel nacional e internacional en diferentes deportes.

DOMINGO 22  
DE SEPTIEMBRE



## **CURSO 9**

### **Evaluar, detectar y desarrollar el entrenamiento inteligente. Lic. Ariel Couceiro- Argentina**

- Como definimos y se desarrollan la calidad de los movimientos hacia el rendimiento.
- Cuales son los diferentes tipos de transición entre las posiciones.
- Como afecta en la vida sedentaria la calidad de movimiento.
- Prioridades en el entrenamiento de la funcionalidad: La estabilidad, centrado articular, rango de movimiento, presión intraabdominal.
- La respiración: el primer movimiento que debem,os recuperar.
- Desarrollo y concepto de Core y su entrenamiento práctico.
- Como restaurar los patrones básicos de movimientos: evaluaciones y correcciones.
- Músculos Tónicos y Fásicos: cómo trabajar en la práctica unos y otros.
- La rodilla dominante o empuje de tren inferior (variantes de Sentadilla).
- La cadera dominante o tracción de tren inferior (variantes de Peso Muerto).
- Empuje de Tren Superior (Press de banco y Press sobre cabeza).
- Tracción de Tren Superior (variantes de dominadas y remos).
- Síndromes posturales de Janda.

## CURSO 9

### Evaluar, detectar y desarrollar el entrenamiento inteligente.



#### **Lic. Ariel Couceiro** **Argentina**

- Prof. Nac. de Educación Física y Entrenador Nacional de Levantamiento Olímpico de Pesas.
- Certificado DNS Sport (Dynamic Neuromuscular Stabilization, PragueSchool) niveles 1, 2 y 3
- Certificado en Método McGill niveles 1 y 2
- Preparador Físico y Readaptador (Tenis, Voley, Fútbol, Basquet, Rugby, Hockey, Handball, Gimnasia Artística, Judo, MMA, BJJ, Taekwon-Do, Karate-Do, Danza, Acrobacia, Esgrima, Natación, Boxeo, Powerlifting, Pole Dance, Strongman, Ciclismo)
- Fundador de CorpoSão Entrenamiento Inteligente (1999)

**CURSO 10**  
**NEUROCIENCIAS: METODOLOGIAS DEL PSICOM. Una herramienta para el desarrollo deportivo”**  
**Entr. Carmelo Pittera - Italia**

- El sistema del método PSICOM (Sistema Psico Cognitivo Motor) : Prestación cognitiva motora. Motricidad y movimiento. Memorias. Percepción. El proceso de toma de decisión. Lateralidad y “lateralización”. Dominancias. Desarrollo equilateral. Importancia de las actividades manuales. Relación cognitiva motora.
- Las 8 Metodologías PSICOM: Grupo didáctico Sell / Semáforo/ Memory Secuencial Motions MSM/ Visualización-Ojo de la Mente / BodyMimikingShapes BMS/ Traslación de Posturas y Movimientos/ Método Analógico expresivo/ Método Postural Dinámico. Abecedario motor.
- Porque se considera importante incorporar consignas que garanticen la necesidad de una

“resolución cognitiva” que acompañe siempre la acción motora.

- Conocer las cuestiones básicas que fundamentaron históricamente la teoría del desarrollo de la acción motriz
- Identificar el impacto del desarrollo cerebral respecto al desarrollo motor.
- ¿Cómo mejorar las falencias que vemos en los deportistas del alto rendimiento?
- ¿En qué etapa del aprendizaje se generan esas falencias?
- Diseñar, planificar y poner en práctica actividades que favorezcan el desarrollo de la motricidad en la infancia, adolescencia y adultez. (Práctico)

## CURSO 10

# NEUROCIENCIAS: METODOLOGIAS DEL PSICOM. Una herramienta para el desarrollo deportivo”

- Relacionar el desarrollo motor a través del cognitivo con propuestas que garanticen la intervención de ambos. (Práctico)

- ¿Qué importancia se le da en la mayoría de los ejercicios al desafío de la resolución de un problema a nivel cognitivo?(Práctico)



### **Entr. Carmelo Pittera Italia**

Nacido en Catania el 11 de octubre de 1944, fue responsable fundamental del enorme crecimiento del vóleybol italiano en su exitoso e innovador rol, inicialmente como Entrenador de la selección italiana. El primer campeonato obtenido por un equipo del sur de Italia con la Paoletti Catania en 1978 y la sorprendente Medalla de Plata en el Campeonato Mundial de 1978, abrieron las puertas que le permitieron influenciar la cultura del vóley mundial desde su rol de Director Técnico de la Federación Italiana de Vóleybol (FIPAV) durante una década hasta 1988. Participó en las Olimpiadas de Moscú como Entrenador, en Los Ángeles y Seúl como Director Técnico, así como en numerosos campeonatos mundiales con los equipos de su país

desde los más jóvenes hasta guiar al equipo Senior a la Medalla de Oro del Mundial disputado en Loutraki (Grecia) en 2010.

Tiene una vasta experiencia como Entrenador y Docente en todo el mundo, entre ellos la Selección de Egipto 1994-1996. Enseñó Teoría del Movimiento y Juegos Deportivos en la Universidad de TorVergata – Roma, ha publicado numerosos artículos científicos sobre entrenamiento y sobre teorías elaboradas en el curso de las investigaciones realizadas junto a su amigo, el Profesor Carmelo Bosco.

Escribió y publicó “Dentro il Movimento”, “Sillabariomotorio”, “L’Alfabeto del movimento”, “Fase espressivo analógica”, todas obras fundamentales y todavía utilizadas por estudiosos y apasionados del vóley y la iniciación deportiva en general. Creó el “Método Analógico Simbólico”, basado en una teoría didáctica de sorprendente impacto y eficacia, cuyos contenidos fueron publicados en el libro “Il mini vóley”.

Su última publicación fue “Dentro il Movimento 2”, investigación hecha a pedido de la FIPAV, que verifico el peso negativo de la actividad del mini vóley en los niños del siglo XXI.

DOMINGO 22  
DE SETIEMBRE



## **CURSO 11**

### **Surf: entrenamiento específico técnico y físico. Lic. Nicolás Laprida- Argentina**

- Como desarrollar la respiración en el Surf.
- Movilidad y Estabilidad: control motor.
- Entrenamiento de la Zona Media (Core) para surf ejercicios básicos y avanzados. (Acarreos, cadenas oblicuas, etc).
- Análisis biomecánico de la remada.
- Como entrenar la Fuerza y la potencia para el surf. (Empujes, tracciones y rotaciones).
- Que y como entrenar los sistemas energéticos específicos en el surf.
- Como entrenar la apnea para el surfista.
- Diagnóstico de lesiones comunes y ejercicios de prevención.

## CURSO 11

### SURF: ENTRENAMIENTO ESPECÍFICO TÉCNICO Y FÍSICO.



**Lic. Nicolás Laprida**  
**Argentina**

- Lic. En Kinesiología y Fisioterapia (Argentina).
- Profesor Nacional de Educación Física (Argentina).
- Certificación en DNS ( Dynamic Neuromuscular Stabilization) Prague School of Rehabilitation
- Certificación Anatomy Trains de Thomas Myers.
- Certificado en FMS (Functional Movement Screen) y SFMA (Selective Functional Movement Assessment) y FCS (Fundamental Capacity Screen).
- Certificado Método Stuart McGill
- Level 1 & 2.
- Certificado en Bioforce Conditioning by Joel Jamieson.
- Certificado en Avanced Strength and Power - EXOS
- Socio fundador de GOU - Grupo Ortopédico Uruguayo - Análisis y estudios biomecánicos de la pisada.
- Entrenador personal de varios Surfistas de la Selección de Uruguay.



DOMINGO 22  
DE SETIEMBRE

## **Nuevas tendencias en fitness acuático : nuevo mercado, nuevo cliente! Estas preparado para la Evolución!**

### **LIC. CRISTINA BARCALA - ARGENTINA**

- El ABC del Fitness Acuático SPEEDO y el entrenamiento en los diferentes programas
- Como evolucionó el mundo acuático y el crecimiento de los servicios fitness BOUTIQUE incorporando a otro publico mas entrenado.
- Diferentes programas con distintos objetivos utilizando la intensidad del agua.
- Las leyes físicas y la aplicación en la clase.
  - Diferencia agua tierra.
  - El nuevo profesor de gimnasia acuática.
  - El método Speedo la formula SWEAT la aplicación a cada paso básico para regular intensidad

Uso del Material: ¿Por qué y cuándo? distintos tipos de material.

F.I.T 12 Aprender a disfrutar el camino del

descenso de peso entrenando efectivamente con resultados comprobados.

Trabajo Práctico en Piscina:

- Clase utilizando el Método Speedo y manejo de la intensidad FIT 4
  - Trabajo realizado por los alumnos para correcciones de los pasos básicos e intensidades.
- Clase en dupla recreativa
- Clase FIT 12 HIIT

**CURSO 12**  
**NUEVAS TENDENCIAS EN FITNESS ACUÁTICO :**  
**NUEVO MERCADO, NUEVO CLIENTE! ESTAS PREPARADO PARA LA**  
**EVOLUCIÓN!**



**LIC. Cristina Barcala**  
**Argentina**

- Licenciada en educación física
- Certificación speedo. internacional de fitness acuático.
- Certificación internacional aea (Asociación Americana de Ejercicios Acuáticos).
- Coach ontológica.
- Coach en salud y bienestar.
- Instructora exclusiva speedo de gimnasia acuática en Argentina
- Gerente de Sport Club Remeros de Buenos Aires.
- Directora de Cristina Barcala group
- Disertante en congresos y convenciones en la ciudad de Buenos Aires y en diferentes países.

El lugar donde los profesionales más importantes del mundo del deporte comparten sus conocimientos.

International Sports Center / International College  
Avenida del Mar y Bulevar Artigas

Organiza



Auspicios Institucionales



Secretaría Nacional  
del Deporte



INTERNATIONAL  
**SPORTS CENTER**  
PUNTA DEL ESTE



INTERNATIONAL  
**COLLEGE**  
PUNTA DEL ESTE



Sponsors



 Congreso de Punta  @congresodepunta  @congresodepunta  
[www.congresodepunta.com](http://www.congresodepunta.com) / [info@congresodepunta.com](mailto:info@congresodepunta.com)

Uruguay / Teléfono +59899229424  
Argentina / Teléfono: +54 9 0221 4572687

