



# INSTITUTO DE NATACIÓN Y DEPORTES

*Incorporado a la enseñanza oficial (A-1231)*

## VII CONGRESO INTERNACIONAL DE NATACIÓN

### Programa

#### **Sábado 26 de Agosto**

---

##### **Mañana**

07.30 hs. - 09.00 hs.	<b>Acreditación</b>
09.00 hs. - 09.20 hs.	<b>Ceremonia de Inicio</b>
09.20 hs. - 11.00 hs.	Biomecánica aplicada al rendimiento competitivo. La ciencia al servicio del rendimiento en natación. <b>Dr. Raúl Arellano Colomina</b>
11.00 hs. - 11.20 hs.	Pausa
11.20 hs. - 12.40 hs.	El entrenamiento de la fuerza para nadadores. <b>Prof. Horacio Anselmi</b>
12.40 hs. - 13.40 hs.	Almuerzo

##### **Tarde**

13.40 hs. - 15.00 hs.	Planificación de la carrera del nadador en Argentina. <b>Prof. Gustavo Roldán</b>
15.00 hs. - 16.20 hs.	Conocer, Adaptarse y Dominar el medio. Desarrollo en niños y adultos. <b>Lic. Gabriel Rivero</b>
16.20 hs. - 16.30 hs.	Pausa
16.30 hs. - 17.50 hs. Aprendizaje Tecnología.	Nuevos paradigmas en el proceso de enseñanza. de los estilos de natación. Uso de la <b>Lic. Alejandro Legasa</b>
17.50 hs. - 19.10 hs.	Cómo entrenar la Potencia. Su aplicación en la natación. <b>Prof. Horacio Anselmi</b>
19.10 hs. - 19.25 hs.	Pausa
19.25 hs. - 20.45 hs.	La técnica a lo largo de la vida del deportista de alto rendimiento. <b>Dr. Raúl Arellano Colomina</b>

El Salvador 5470 (1414) C.A.B.A. - Tel: 4777-1472 / 4771-7591

[www.natacionydeportes.com.ar](http://www.natacionydeportes.com.ar) -  
[instituto@natacionydeportes.com.ar](mailto:instituto@natacionydeportes.com.ar) 1



# INSTITUTO DE NATACIÓN Y DEPORTES

*Incorporado a la enseñanza oficial (A-1231)*

**Domingo 27 de Agosto**

## **Mañana**

- 09.00 hs. - 10.30 hs. Aspectos básicos para la mejora de las salidas y virajes. Práctico en natatorio  
**Dr. Raúl Arellano Colomina**
- 10.30 hs. - 10.45 hs. Pausa
- 10.45 hs. - 12.00 hs. Sistemas de energía: especificidad metabólica durante el entrenamiento y la competencia. Visión actual aplicada al entrenamiento.  
**Dr. Juan Carlos Mazza**
- 12.00 hs. - 13.00 hs. Rehabilitación Acuática en población con capacidades especiales  
**Lic. Lorena Jalil**
- 13.00 hs. - 14.00 hs. **Almuerzo**

## **Tarde**

- 14.00 hs. - 15.10 hs. La enseñanza de la natación y la formación de un equipo de competencia con personas con discapacidad.  
**Prof. Marcela Belviso.**
- 15.10 hs. - 16.30 hs. Rehabilitación acuática con personas lesionadas y/u operadas.  
**Lic. Raúl Supital**
- 16.30 hs. - 16.40 hs. **Pausa**
- 16.40 hs. - 18.00 hs. Evaluaciones morfofuncionales en nadadores. Nuevo modelo de los protocolos de evaluación en la medición de lactato. Transferencia de los resultados a los programas de entrenamiento.  
**Dr. Juan Carlos Mazza**
- 18.00 hs. - 19.30 hs. Aspectos básicos para la mejora de las salidas y virajes. Práctico.  
**Dr. Raúl Arellano Colomina**
- 19.30 hs. - 19.50 hs. **Mesa Redonda**
- 19.50 hs. - 20.10 hs. **Ceremonia de cierre y entrega de diplomas**

El Salvador 5470 (1414) C.A.B.A. - Tel: 4777-1472 / 4771-7591

[www.natacionydeportes.com.ar](http://www.natacionydeportes.com.ar) -  
[instituto@natacionydeportes.com.ar](mailto:instituto@natacionydeportes.com.ar) 2