

The book was found

# Natación: Técnica, Entrenamiento Y Competición (Deportes N.º 19) (Spanish Edition)



## Synopsis

Natación. Técnica, entrenamiento y competición es la obra de referencia definitiva sobre la técnica de los estilos y los métodos de entrenamiento. Además de explicar lo que los nadadores deben hacer, el autor explica por qué se deben ejecutar las técnicas y el entrenamiento de una forma particular. Una característica importante del libro es el análisis técnico exhaustivo y perspicaz de los cuatro estilos principales: libre, espalda, braza y mariposa. Junto con el texto se presentan más de 500 fotografías e ilustraciones, incluyendo fotografías de nadadores de nivel internacional que muestran una técnica perfecta. También se presenta una explicación completa de la base fisiológica de los métodos de entrenamiento más efectivos que apoyan la instrucción técnica, incluyendo ejemplos de sesiones y programas de entrenamiento con todo detalle para cada prueba competitiva. Con este libro los nadadores y entrenadores de natación adquirirán nuevos conocimientos, refinarán la técnica, maximizarán el entrenamiento y recortarán valiosos segundos en sus marcas.

## Book Information

File Size: 28319 KB

Print Length: 815 pages

Publisher: Paidotribo S.L.; 1 edition (July 18, 2011)

Publication Date: July 18, 2011

Sold by: Digital Services LLC

Language: Spanish

ASIN: B00CH4IAF4

Word Wise: Not Enabled

Lending: Not Enabled

Enhanced Typesetting: Not Enabled

Best Sellers Rank: #988,937 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #15

in Books > Libros en español > Deportes > Deportes Acuáticos #155 in Kindle Store >

Kindle eBooks > Nonfiction > Sports > Water Sports > Swimming #211 in Kindle Store > Kindle

eBooks > Foreign Languages > Spanish > Deportes

[Download to continue reading...](#)

La Natación/ the Science of Swimming: Ciencia Y Técnica (Spanish Edition) Fútbol: El Modelo de Juego del FC Barcelona: Las Claves del Éxito del Club Blaugrana (deportes,fútbol,deportes fútbol,fútbol base futbolísimo) (Spanish Edition) Manual de entrenamiento del ciclista (Bicolor)

(Deportes nº 12) (Spanish Edition) Natación: Técnica, entrenamiento y competición  
(Deportes nº 19) (Spanish Edition) Fisiología del ejercicio físico y del entrenamiento  
(Deportes nº 24) (Spanish Edition) Entrenamiento de alta intensidad (Deportes nº 27)  
(Spanish Edition) Manual del Corredor de Competición (Spanish Edition) Pedaladas Bajo Techo -  
Guía de entrenamiento ciclista para Rodillo: Entrenamiento para ciclismo Indoor (5) (Spanish  
Edition) GOLF ENTRENAMIENTO FISICO Y NUTRICIONAL: GOLF : LOS GRANDES SECRETOS  
DEL ENTRENAMIENTO FISICO Y NUTRICIONAL (Spanish Edition) El Programa Completo de  
Entrenamiento de Fuerza para Nadadores: Aumente su resistencia, velocidad, agilidad, y fortaleza,  
a través del entrenamiento ... y una nutrición apropiada (Spanish Edition) Disfruta del Ciclismo al  
máximo aplicando las técnicas de entrenamiento de Planifica Tus Pedaladas.  
Descubra otro ciclismo cuando comience a entrenar ... Pl: Entrenamiento Ciclismo (Spanish  
Edition) Meditación de La Técnica y Otros Ensayos Sobre (Obras De Jose Ortega Y Gasset /  
Works of Jose Ortega and Gasset) (Spanish Edition) Técnica de La Combinación del Mate  
(Spanish Edition) Compendio de técnica militar (Letras Universales/ Universal Writings) (Spanish  
Edition) Como ser un buen poeta: Curso teórico práctico de poesía técnica del verso y arte del  
poema (Spanish Edition) Técnica dietoterápica / Therapeutic diets (Spanish Edition) NATACION  
PARA TODOS. Una guía para nadar mejor de lo que nunca había imaginado (Spanish  
Edition) Preparación física completa para la natación / Complete Conditioning for Swimming  
(Spanish Edition) 1000 ejercicios y juegos de natación y actividades acuáticas (Spanish Edition)  
Natación para niños / Swimming for children (Spanish Edition)

[Dmca](#)