

Promueve INSUDE capacitación en entrenamiento deportivo



FOTO INSUDE

La Paz, Baja California Sur (BCS). El Instituto Sudcaliforniano del Deporte (INSUDE) a través de la **subdirección de cultura física** informaron por medio de un comunicado de prensa que, se llevará a cabo dentro de su programa de capacitación los **cursos de fisiología del deporte** y tendencias actuales de la **preparación física**, dirigidos a todos los entrenadores dentro y fuera del estado que se interesen en adquirir los conocimientos fundamentales para un mejor desarrollo de sus atletas.

De acuerdo con el comunicado, el ponente de ambos temas, Jorge Mario Laurencio dijo que, es importante que todo el personal que practique deporte tanto atletas, entrenadores y auxiliares se capaciten primero de manera general para luego llevarlo de forma específica a cada disciplina hasta lograr la

especialización y por consiguiente tengan las herramientas que le ayuden a obtener el mejor rendimiento deportivo.

Manifestó que ha sido muy significativo el interés de los entrenadores por capacitarse en los cursos que promueve el **INSUDE**, no solamente del Estado, sino que también que se suma gente de otros lugares que se han interesado en el programa de superación y convocó a quienes aún no lo hacen porque es fundamental más cuando están entrenando atletas diariamente.

Jorge Laurencio destacó que el tema de profesionalización de los entrenadores vaya acorde a lo que se busca en las tendencias conforme pasan los ciclos olímpicos, porque se modifican los reglamentos de cada disciplina, lo que obliga a revisar la bibliografía de la fisiología del ejercicio, la bioquímica, entre otros, que pueden volver el deporte más explosivo o de resistencia.

Finalmente, también señaló que el deporte es cambiante por el uso de tecnologías que aportan un 70% a la parte técnica y un 30% a la física que antes no se reflejaba de esa manera y eso va llamando a la comunidad deportiva a superarse, más adelante se trabajará en la parte contemporánea con temas de lo que más se está hablando en la actualidad apegados a la realidad del estado para resolver los problemas a futuro, concluyó el comunicado de prensa.