

Organiza:



11ª Jornada Powerade Más Allá del Esfuerzo 2018

19 de abril de 2018

Lugar: Aula Magna de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte-INEF. UPM

Coordinación:

Prof. Dra. Marcela González-Gross
Dpto. Salud y Rendimiento Humano
Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte-INEF
Universidad Politécnica de Madrid

Prof. Francisco Fuentes Jiménez
Dpto. Salud y Rendimiento Humano
Facultad de Ciencias de Actividad Física y del Deporte-INEF
Universidad Politécnica de Madrid

07:30–14:15 Actividad práctica de hidratación con realización de diferentes pruebas físico-deportivas

14:15–15:30 Comida

16:00 Acto de apertura de la Jornada

Prof. Dra. Marcela González-Gross/Prof. Francisco Fuentes Jiménez

16:05-16:20 “Efectos de la prehidratación en el rendimiento y el nivel de hidratación durante el segmento de natación del triatlón”

Dr. Valentín Fernández Elías
Profesor de Educación Física y Deportiva
Universidad Europea de Madrid.

16:20-16:35 “El papel de deshidratación en la fatiga en esfuerzos intensos de distinta duración.”

Dr. Rafael Sánchez de Torres-Peralta
Investigador Grupo ImFINE.
Universidad Politécnica de Madrid.



Universidad
Europea
LAUREATE INTERNATIONAL UNIVERSITIES

POWERADE



Organiza:



16:35-16:50 “Salud metabólica y AF: influencia de la hidratación”

Prof. Dr. Ignacio Ara Royo
Profesor Titular de Educación Física y Deportiva
Universidad de Castilla La Mancha.

16:50-17:10 “Composición e información de las bebidas utilizadas en el deporte”

Dr. Rafael Urrialde de Andrés
Director de Salud y Nutrición
Coca Cola Iberia.

17:15-18:15 Mesa Redonda y debate

18:15-19:00 Entrega de diplomas y establecimiento del ranking junto con la declaración de vencedores. Conclusiones y Clausura.



POWERADE.

