La National Strength and Conditioning Association (NSCA) es una de las asociaciones más prestigiosas a nivel mundial en el ámbito del acondicionamiento físico y el entrenamiento de la fuerza, supervisando la formación de profesionales del entrenamiento y el acondicionamiento físico, y expidiendo diversas certificaciones NSCA.

Libros y revistas de la NSCA se pueden consultar en la biblioteca del INEF.

celebra su primera National Conference en el contexto del SDF.

El Simposio de Fuerza SDF se configura como un acontecimiento decisivo en nuestro país en materia de entrenamiento de fuerza. En nuestra biblioteca se pueden consultar los documentos de ediciones anteriores

En el contexto del proyecto IronFemme presentamos algunos documentos relacionados con la mujer.

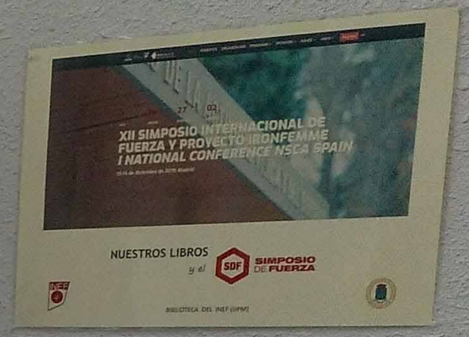
Desde diversos puntos de vista tanto generales como los específicos de la mujer.

Los diversos temas objeto de este Simposio se han tratado en nuestros libros desde el siglo XIX...

... en distintas lenguas y provenientes de varios países.

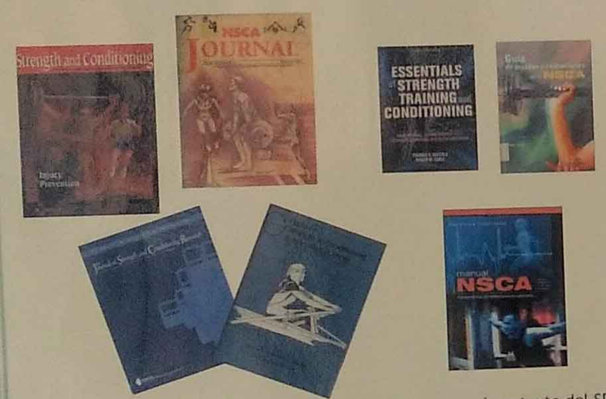
Un ejemplo de actualidad son los libros de nuevas tecnologías aplicadas a los temas del simposio.

BIBLIOTECA INEF-UPM
Exposiciones



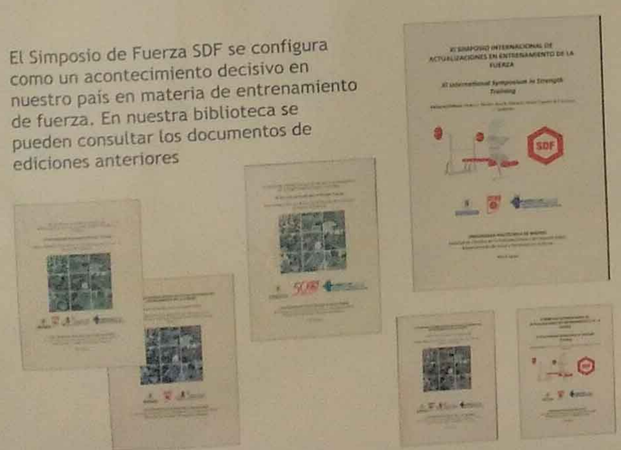
La National Strength and Conditioning Association (NSCA) es una de las asociaciones más prestigiosas a nivel mundial en el ámbito del acondicionamiento físico y el entrenamiento de la fuerza, supervisando la formación de profesionales del entrenamiento y el acondicionamiento físico, y expidiendo diversas certificaciones NSCA.

Libros y revistas de la NSCA se pueden consultar en la biblioteca del INEF.

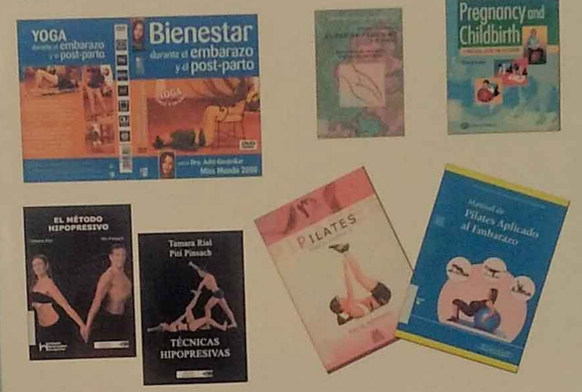


celebra su primera National Conference en el contexto del SDF.

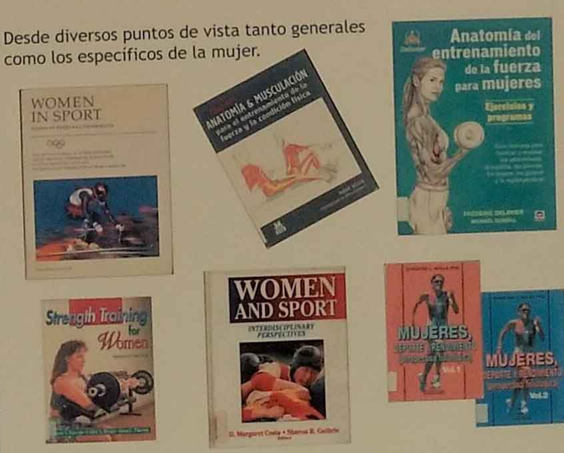
El Simposio de Fuerza SDF se configura como un acontecimiento decisivo en nuestro país en materia de entrenamiento de fuerza. En nuestra biblioteca se pueden consultar los documentos de ediciones anteriores



En el contexto del proyecto IronFemme presentamos algunos documentos relacionados con la mujer.



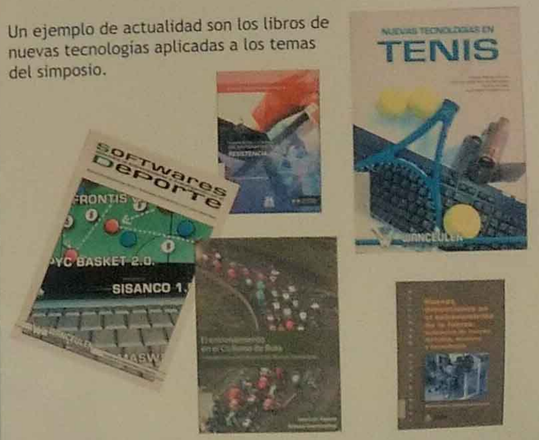
Desde diversos puntos de vista tanto generales como los específicos de la mujer.



Los diversos temas objeto de este Simposio se han tratado en nuestros libros desde el siglo XIX...

... en distintas lenguas y provenientes de varios países.

Un ejemplo de actualidad son los libros de nuevas tecnologías aplicadas a los temas del simposio.



William Blaikie
Para ser fuertes: métodos de gimnasia e higiene prácticas
Barcelona: Sociedad General de Publicaciones, 1931

A. Vander
Energía y salud por la gimnasia: ejercicios metódicos para conservar la salud y el vigor y prolongar la juventud – gimnasia curativa eficaz en diversas enfermedades - ejercicios adecuados para niños, ancianos y embarazadas
Barcelona, Buenos Aires: Sintes; Nicolás B. Kier, 1947

Pierre Madeuf
Culture physique & régimes
Paris: P. Madeuf, 1950

Antonio Paso Andrés
Fuerza y agilidad por igual: (adultos). Educativa femenina
Madrid: Imp. Lenin, 1938

Guillaume Depping [et al.]
Fuerza y destreza: agilidad, ligereza, flexibilidad: ejercicios corporales en la antigüedad y en los tiempos modernos

Louis Seraine
Higiene física y moral de los niños: consejos a las madres acerca de los cuidados durante su embarazo y de la educación física y moral de sus hijos...

Georges Hébert
Le code de la force
Paris: Vuibert, 1914

Mark Vella
Mujeres, anatomía & musculación para el entrenamiento de la fuerza y la condición física
Badalona: Paidotribo, 1008

Raquel Puerta López
Guía básica del envejecimiento activo
Almería: Instituto de Estudios Almeriense, 2013

Maria A. Fiatarone Singh
Exercise, nutrition, and the older woman: wellness for women over fifty
Boca Raton, Florida: CRC Press, 2000

Margaret Costa, Sharon R Guthrie
Women and sport: interdisciplinary perspectives
Champaign, Illinois: Human Kinetics, 1994

Bill I. Campbell, Marie A. Spano,
NSCA's guide to sport and exercise nutrition
Champaign, Illinois: Human Kinetics, 2011

Todd Miller, National Strength & Conditioning Association
Guía de pruebas y evaluaciones de la NSCA
Badalona: Paidotribo, 2016

Pedro J. Benito Peinado
XI Simposio Internacional de Actualizaciones en Entrenamiento de la Fuerza
Madrid: Universidad Politécnica de Madrid, 2018

Francisco Argudo Iturriaga
Softwares aplicados al entrenamiento e investigación en el deporte
Sevilla: Wanceulen, 2010

Claudio A. Gillone
Entrenamiento combinado de fuerza y resistencia
Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana, 2015