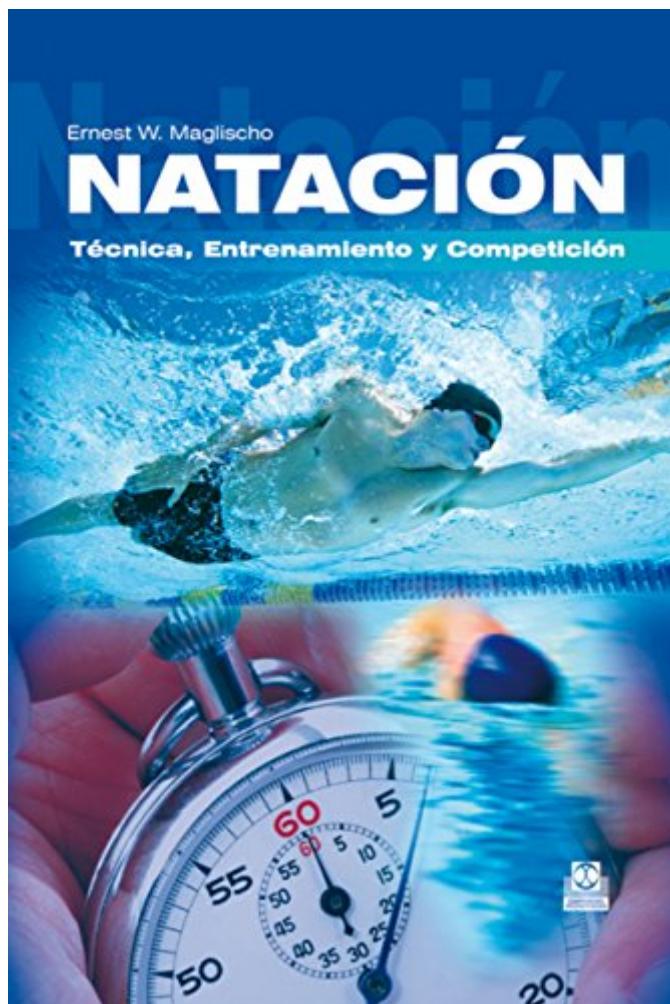


The book was found

# NataciÃ³n: TÃ©cnica, Entrenamiento Y CompeticiÃ³n (Deportes NÃ° 19) (Spanish Edition)



## Synopsis

NataciÃ n. TÃ©cnica, entrenamiento y competiciÃ n es la obra de referencia definitiva sobre la tÃ©cnica de los estilos y los mÃ©todos de entrenamiento. AdemÃ s de explicar lo que los nadadores deben hacer, el autor explica por quÃ© se deben ejecutar las tÃ©cnicas y el entrenamiento de una forma particular. Una caracterÃ stica importante del libro es el anÃ lisis tÃ©cnico exhaustivo y perspicaz de los cuatro estilos principales: libre, espalda, braza y mariposa. Junto con el texto se presentan mÃ s de 500 fotografÃ as e ilustraciones, incluyendo fotografÃ as de nadadores de nivel internacional que muestran una tÃ©cnica perfecta. TambiÃ n se presenta una explicaciÃ n completa de la base fisiolÃ gica de los mÃ©todos de entrenamiento mÃ s efectivos que apoyan la instrucciÃ n tÃ©cnica, incluyendo ejemplos de sesiones y programas de entrenamiento con todo detalle para cada prueba competitiva. Con este libro los nadadores y entrenadores de nataciÃ n adquirirÃ n nuevos conocimientos, refinarÃ n la tÃ©cnica, maximizarÃ n el entrenamiento y recortarÃ n 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:Â 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 inÂ Books > Libros en espaÃ fÃ ol > Deportes > Deportes AcuÃ fÃ ticos #155 inÂ Kindle Store > Kindle eBooks > Nonfiction > Sports > Water Sports > Swimming #211 inÂ Kindle Store > Kindle eBooks > Foreign Languages > Spanish > Deportes

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

La Nacion/ the Science of Swimming: Ciencia Y Tecnica (Spanish Edition) Futbol: El Modelo de Juego del FC Barcelona: Las Claves del Ã fâ xito del Club Blaugrana (deportes,futbol,deportes futbol,futbol base futbolisimo) (Spanish Edition) Manual de entrenamiento del ciclista (Bicolor)

(Deportes nº 12) (Spanish Edition) NataciÃƒÂn: TÃƒÂ©cnica, entrenamiento y competiciÃƒÂn (Deportes nº 19) (Spanish Edition) FisiologÃƒÂa del ejercicio fÃƒÂsico y del entrenamiento (Deportes nº 24) (Spanish Edition) Entrenamiento de alta intensidad (Deportes nº 27) (Spanish Edition) Manual del Corredor de Competicion (Spanish Edition) Pedaladas Bajo Techo - GuÃƒÂa 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 traves del entrenamiento ... y una nutricion apropiada (Spanish Edition) Disfruta del Ciclismo al mÃƒÂ¡ximo aplicando las tÃƒÂ©cnicas de entrenamiento de Planifica Tus Pedaladas. DescubrirÃƒÂs otro ciclismo cuando comiences a entrenar ... PI: Entrenamiento Ciclismo (Spanish Edition) Meditacion de La Tecnica y Otros Ensayos Sobre (Obras De Jose Ortega Y Gasset / Works of Jose Ortega and Gasset) (Spanish Edition) Tecnica de La Combinacion del Mate (Spanish Edition) Compendio de tecnica militar (Letras Universales/ Universal Writings) (Spanish Edition) Como ser un buen poeta: Curso teorico practico de poesia tecnica del verso y arte del poema (Spanish Edition) Tecnica dietoterapica / Therapeutic diets (Spanish Edition) NATACION PARA TODOS. Una guÃƒÂa para nadar mejor de lo que nunca habÃƒÂa imaginado (Spanish Edition) Preparacion fisica completa para la natacion / Complete Conditioning for Swimming (Spanish Edition) 1000 ejercicios y juegos de natacion y actividades acuaticas (Spanish Edition) Natacion para ninos / Swimming for children (Spanish Edition)

[Dmca](#)