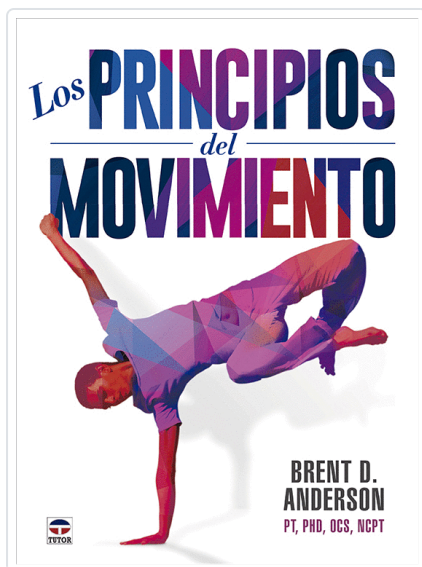


LOS PRINCIPIOS DEL MOVIMIENTO



Anderson, Brent

SINOPSIS

Para evaluar, facilitar y optimizar la calidad del movimiento

Escrito por Brent Anderson, fundador de Polestar Education, este libro es una guía de recursos sobre la ciencia del movimiento para profesionales del movimiento, terapeutas y cualquier persona que busque un enfoque práctico para evaluar, facilitar y mejorar el movimiento. Con aplicación en fisioterapia, terapia ocupacional, entrenamiento deportivo, kinesiología, educación física, Pilates y yoga, educación en danza y otros ámbitos, está diseñado para ayudar al profesional del movimiento a mejorar la calidad de su práctica mediante una mejor comprensión del modelo integrado de evaluación y facilitación del movimiento. Se centra en cómo promover la calidad del movimiento y no solamente la cantidad.



Editorial	EDICIONES TUTOR, S.A.
Materia	DEPORTES - EJERCICIO FISICO
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788418655562
Status	Disponible
Páginas	208
Tamaño	265x195x0 mm.
Peso	420
Precio (Imp. inc.)	49,95€
Fecha de lanzamiento	07/11/2025

En este libro encontrarás: cómo aprovechar los principios de la respiración, la movilidad, la alineación, el control y la integración del movimiento para mejorar la eficiencia y el rendimiento del movimiento, minimizar lesiones y aumentar la satisfacción personal a través de experiencias de movimiento exitosas sin dolor; ejemplos, aplicaciones prácticas y consejos didácticos para los profesionales del movimiento; un esquema de razonamiento crítico que aplica el algoritmo de los Principios del Movimiento a la selección de los ejercicios y a la planificación del tratamiento; y ayudas didácticas y aplicaciones que se pueden integrar en la práctica de forma inmediata, incluyendo indicaciones verbales, táctiles y visuales con imágenes.

Títulos relacionados



GOLF DE LOS TIEMPOS (NOVELA)
MAZZUCCO



DE MADRID AL CIELO
AGROMAYOR



FORMULA 1 (2005)
FERNANDO ALONSO: CAMPEON DEL MUNDO
D'ALESSIO ; STIRANO ; VAN ELDIK ; MARSH



PACK NAVIDAD
DORSEY ; ENOMOTO