

BIBLIOTECA ESPORTIVA MUNICIPAL

CENTRE D'ESTUDIS OLÍMPICS DE CASTELLÓ
PATRONAT MUNICIPAL D'ESPORTS



Ajuntament de
Castelló
Esports

**SI ERES TÈCNIC O TENS INTERÉS EN
ALGUN LLIBRE RECOMANA'NS LOS
QUE CONSIDERES QUE HEM DE
TINDRE A LA BIBLIOTECA**



**SI TENS ALGUN LLIBRE O REVISTA ESPORTIUS
QUE JA NO NECESSITES POTS DONAR-LOS
A LA BIBLIOTECA ESPORTIVA MUNICIPAL**

HORARI:

Dilluns a
divendres de 8.00
a 15.00 (estiu de
8.15 a 13.45)

Si necessites un
altre horari
demana'!



des d'octubre de 2004

Llibres
Videos i DVD
CD Rom
Cartells
Fulletts
informatius
Revistes

ACTIVITAT FÍSICA I ESPORTIVA PER A MAJORS

Tercera edat,
envelliment

Gener 2021

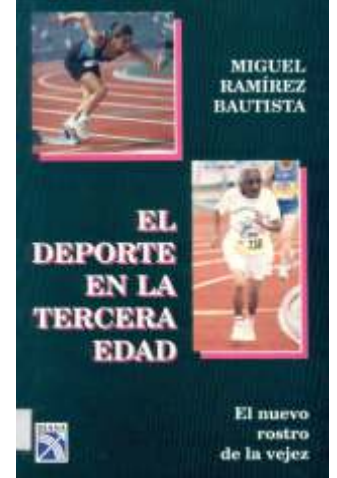
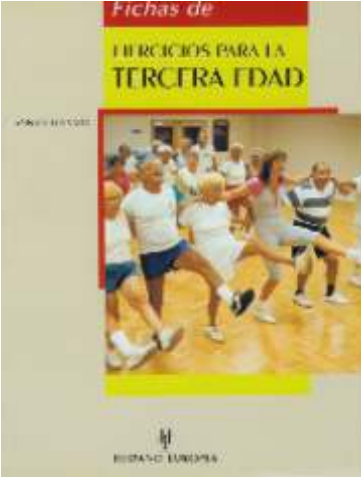
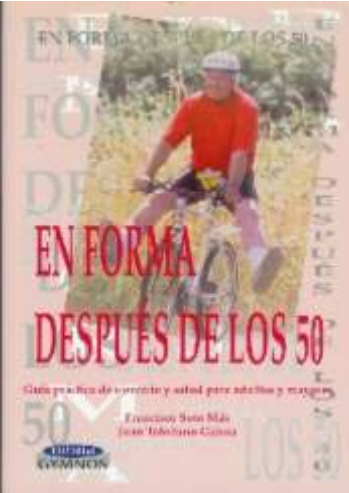
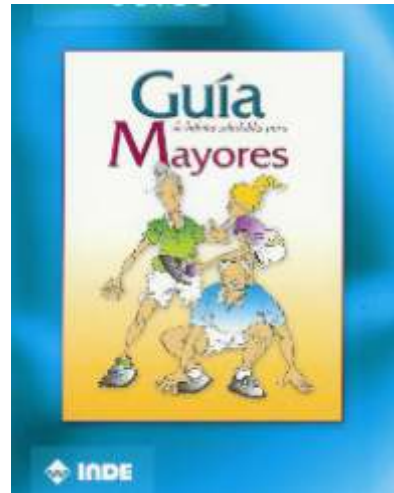
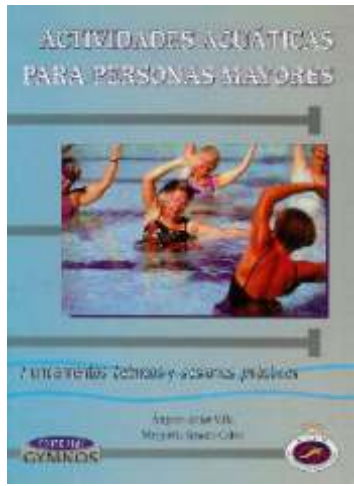


Carrer Columbretes, 22 - Tlf. 964236512 - Fax 964239900

email esports@castello.es ** http://www.castello.es/web30/pages/generico_web10.php?id=val&cod1=22&cod2=433

BIBLIOTECA ESPORTIVA MUNICIPAL



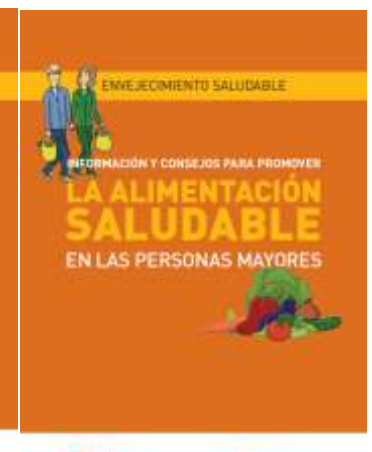
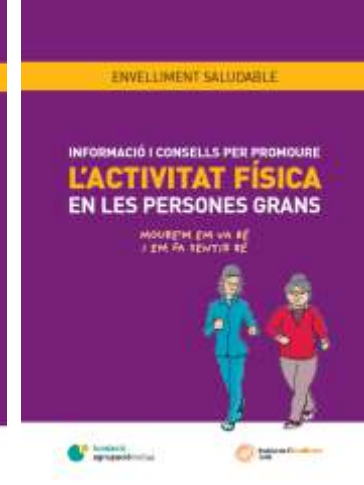
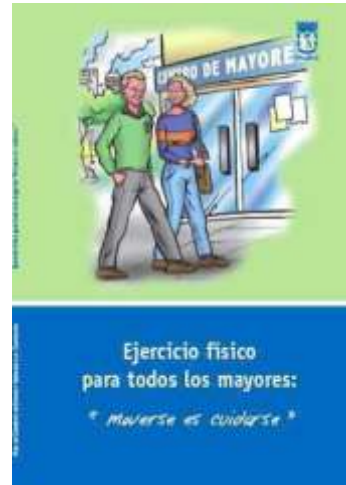
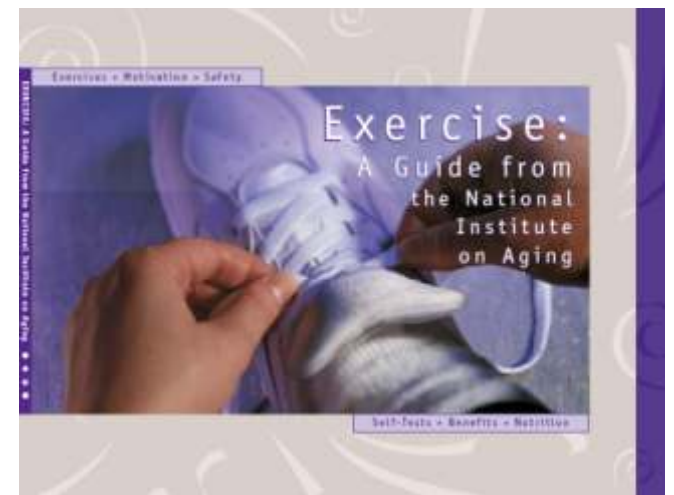
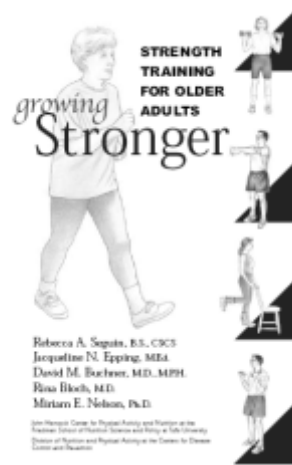


LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EL ADULTO MAYOR

Bases fisiológicas

Dr. Jorge Chávez Saenzpica!
 Dra. M. Esther Lezano Díez!
 Dr. Agustín Lora Enyenda!
 Dr. Oscar Villalongo Masroy!

*Instituto en Medicina del Deporte y miembro del Comité Técnico de Atención al Envejecimiento de Adulto Mayor, S.S.A.
 *Caja del Joven de Preparación y Control de Endolembolismo, Compañía de Tránsito Comunitario del I.M.S.S.
 *Cooperador del Programa de Trabajo del Adulto y el Anciano, S.S.A.
 *Director General del Centro Nacional de Vigilancia Epidemiológica, S.S.A.



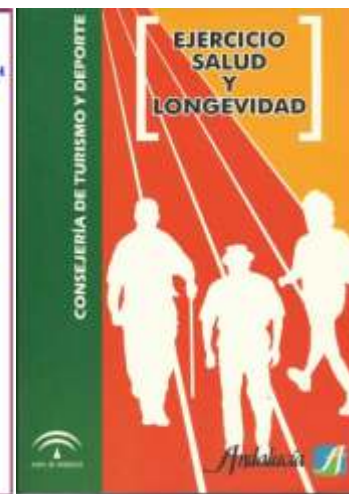


PLAN de FORMACIÓN

Conferencia nº 4:

Aspectos psicológicos en el trabajo de actividad física con personas mayores.

Martes, 17 de junio de 2008.
De 16 h. a 20 h.
Edificio EL BARCO, Avda. Señas de los Infantes,
MADRID.





Estar activo es la forma de vivir la vida

La edad no es una barrera



Guía de actividades físicas para adultos mayores

A++ B

CLUB DE ELIMINACIÓN DE LA VELOCIDAD DE LA VELOCIDAD

EJERCICIO FÍSICO Y SALUD EN POBLACIONES ESPECIALES. EXERNET

Los Alamy Knight Sports / Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Occidente

5B

Equilibrio y movilidad

Objetivos

- Desarrollar el equilibrio estático y dinámico, así como la fuerza y la resistencia.
- Identificar los múltiples factores que contribuyen a la pérdida de equilibrio.
- Desarrollar las principales estrategias para mejorar el equilibrio y la movilidad de las personas mayores.

La Salud y la Actividad Física en las Personas Mayores TOMO II

Dr. J. J. Ramón Barreira / Dr. María Patricia de B. Barreira Colares

UNIVERSIDADE DA CORÉIA

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DEPORTIVA

EVALUACIÓN DEL ESTADO AEREBIO Y DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN PERSONAS MAYORES TRAS LA REALIZACIÓN DE UN PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA

Tesis doctoral presentada por JOSÉ ANTONIO MUÑOZ PÉREZ

Director: César A. Aguiar Cruz
Problema Tesis del ISEP de Galicia
Premio: Clasificación Problema Tesis del ISEP de Galicia
A Coruña, 2007

LAS BANDAS ELÁSTICAS, UN MEDIO PARA EL MEJORAMIENTO DE LA FUERZA MUSCULAR EN LOS ADULTOS MAYORES

Ángela María Álvarez Pérez
alvarezam@usal.es
Ruth Betalúa Zapata Monreal
betaluaruth@hotmail.com

Monografía para optar el título de Especialista en Actividad Física y recreación para la Tercera Edad.

Aseor: Glisardo Díaz Cardona
Especialista en Actividad Física y Salud.

POLITECNICO COLOMBIANO JAIME ISAZA GADAVID
FACULTAD DE EDUCACION FISICA
MEDELLIN
2008

Universitat de Barcelona
Departament de Treball i carrera de Treball Social
Institut Tecnològic d'Estudis Superiors de Occident
Centre de Barcelona

Programa de doctorat
Reserca en Activitat Física i l'Esport,
Teoria i mètriques
Desem 1987-1999

EFFECTES D'UN PROGRAMA D'ACTIVITAT FÍSICA SOBRE LA MEMÒRIA EN LA GENT GRAN

Tesi doctoral presentada per Pilar Parra i Galés
Dirigida per Dr. Josep Roca i Ballester

Per optar el títol de Doctor en Ciències de l'Educació
Barcelona, 2004

ACTIVIDAD FÍSICA Y ENVEJECIMIENTO

María Guadalupe Vázquez

WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA, S.L.

PERSONAS MAYORES Y EJERCICIO FÍSICO

Plan de trabajo anual

Rafael Timón Carro
Rafael Timón Andrade

WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA, S.L.

ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD para el Desarrollo Motor en ADULTOS Y MAYORES

Cristina López de Labajo

WANCEULEN EDITORIAL DEPORTIVA, S.L.

Su guía diaria del Instituto Nacional Sobre el Envejecimiento

Ejercicio y Actividad Física

Go4Life

Formación de Técnicos en Actividad Física para Personas Mayores

Antonio Muñoz de Tapia

Comissió de Ciències Departament de Salut

Recomenacions d'alimentació i activitat física per a centres d'acolliment residencial per a persones grans

Departament de Salut

Manual de pràctica física i esportiva per a la gent gran

Movem el cor

fatec

Departament de Salut

Consells de pràctica física i esportiva per a la Gent Gran

A CENT CAP ALS CENT

