

Jardunaldiak

Jarduera fisikoa, nutrizioa eta psikologia: taldean lan eginez pertsonaren osasunerako

2021ko urtarrilaren 19 eta 20



Nutrizioa



Jarduera Fisikoa



Psikologia

Urtarrilak 19, Asteartea
Kirolarientzako osasun integrala

Urtarrilak 20, Asteazkena
Gaixotasumen prebentzioa

Streaming

Izen-ematea doakoa da.

Helbide elektronikoa:

info@afdalava.com

Mezuan honakoak adierazi behar dira: izena, bi abizen eta telefonoa Inskripzioa egin ondoren esteka emango da

Graduko kredituen amortizazioa tramitatu nahi duten UPV/EHUko ikasleek izena eman beharko dute hemen: <http://www.ehu.eus/kirolak-araba>

(Hitzaldiak)

18:15-18:30 Jardunaldien aurkezpena.
Andres Sanchez, AFDko presidentea, eta Sara Maldonado-Martín, JFKZn doktorea. UPV/EHUko irakaslea

18:30-18:55 "Errendimendurako eta lesioen prebentziorako birsortze-prozesuen garrantzia ariketa fisiko-programetan"
Ibai López Martínez, JFKZn graduatua

18:55-19:20 "Kirolariaren berreskurapenerako eta osasunerako nutrizioa"
Amaia Martioda, Dietista/Nutrizionista

Atsedenaldia
19:30-19:55 "Kirolean aplikatutako psikologia"
Idoia López de Guereñu, Psikologoa

19:55-20:20 "Kirolariaren osasunaren azterketa"
Javier Barrio, espezialista medikoa
20:20-21:00 Mahai-ingurua hizlari guztiakin. Gonbidatu berezia, Santiago Abad, Baskoniako jokalaria ohia.
Moderatzailea: Idoia López de Guereñu

18:30-19:00 "Osasunerako jarduera fisikoaren gida berriak"
Aitor Martínez de Aguirre, JFKZn graduatua
19:00-19:30 "Elikadura osasuntsuaren eguna"
Itziar Gómez Fidalgo, Dietista-nutrizionista

Atsedenaldia

19:45-20:15 "Nahasmendu psikologikoen prebentzioa: ohituretatik abiatutako ikuspegia"
Zaida Joga Romero, Psikologoa
20:15-21:00 Mahai-ingurua hizlari guztiakin. Gonbidatu berezia, Eduardo Mtz. Lobera
Moderatzailea: Sara Maldonado-Martín

Antolatzaileak:



Euskal Herriko Unibertsitatea

HEZKUNTZA
ETA KIROLO
FAKULTATEA
FACULTAD
DE EDUCACIÓN
Y DEPORTE

Tokia: Heziketa eta Kirol Fakultatea (UPV/EHU), Streaming bitartez

Babesleak:



Laguntzaileak:

