



Biomecánica del ciclismo

Dirigido a:

- Podólogos colegiados de la Comunidad Valenciana y de otras Comunidades Autónomas dentro del territorio nacional.

Organizado por:

El Ilustre Colegio Oficial de Podólogos de la Comunidad Valenciana (ICOPCV).

Dirección y coordinación del curso:

D^a.Pilar Nieto Gil , presidenta del Colegio Oficial de Podologos de la Comunidad Valenciana

Profesorado:

D. Jorge Solis

Diplomado en fisioterapia, col. N° 3272 , y osteopata C.O. , Con más de 20 años de experiencia en el ámbito de la fisioterapia deportiva y la terapia manual. Ha realizado diversos cursos para acabar especializándose en la biomecánica y particularmente, del ciclismo y running. Actualmente forma parte del cuadro de Fisiofocus, impartiendo cursos a fisioterapeutas, podologos y CAFYDES sobre la biomecánica del ciclismo. Cuenta con más de 200horas de experiencia en docencia. Así mismo es director del Servicio de Biomecanica de Dephion Performance y en Biofisio, clinica especializada en biomecanica de ciclismo, running y triatlón.

D. Jose Cardo Vidagany

Diplomado en Podología, col nº 838462220. Especialista en biomecánica deportiva y entrenador nivel superior de Triatlón, en los que continuamente se ha ido formando en numerosos cursos. Sus colaboraciones a nivel profesional, van desde clubes deportivos, como el Club Basquet Sueca, o el Promeses Club de Fútbol, o eventos como la Maratón de Valencia. También forma parte del equipo de profesionales que trabajan con los triatletas tecnificados en la Federación de Triatlón de la Comunitat Valenciana, de los que se encarga de las biomecánicas ciclistas. A nivel docente forma parte de La Clínica del Corredor — España, entidad que imparte cursos sobre la prevención de lesiones en corredores, a profesionales de la Salud. Y es colaborador de la empresa CyclistLab.

Objetivos:

General:

Introducir a los alumnos en el contexto de la biomecánica del deporte, en concreto en el ciclismo. Conocerlo a fondo y relacionarlo con las alteraciones y lesiones típicas, con repercusión en los pies, derivadas de las mismas. Para conocer y poder profundizar en la biomecánica se introducen conceptos e instrumentación específica para la técnica.

Específicos:

- Capacitar al alumno en el diagnóstico y solución de patologías relacionadas con el ciclismo, a través del conocimiento y relación entre la biomecánica humana y ciclista.
- Conocer las diferentes geometrías de las bicicletas y su repercusión en el ciclista.
- Saber plantear ordenadamente una exploración biomecánica ciclista y extraer los datos necesarios para poder realizar una valoración y diagnóstico funcional.
- Conocer, saber identificar, y entender, el mecanismo lesional de las principales patologías y disfunciones, derivadas de esta práctica deportiva a través del análisis biomecánico.
- Comprender y analizar el gesto biomecánico ciclista en 2D y 3D.
- Aplicar razonadamente las correcciones más adecuadas según los objetivos establecidos.

Contenido:

- **Generalidades:** Tipo de bicicletas geométricas. Requerimientos físicos para la práctica del ciclismo. Anatomía y biomecánica del ciclista.
- **Análisis material biomecánico:** Manillas, sillín, complejo zapatillas-cala-pie.
- **Tipos de estudio:** Estático. Plataforma de presiones. Uso del láser, goniómetro y nivel dinámico. Micro y Macro ajustes. Videoanálisis 2D Kinovea.
- **Interacción de los tres puntos de apoyo con el ciclista:** Anatomía y biomecánica del ciclista. Relación entre la marcha humana y la técnica del pedaleo.
- **Conceptos prácticos para la exploración. Análisis biomecánico caso real:** Estudio anatómico y postural del ciclista en bipedestación. Exploración en estática del miembro inferior del ciclista. Test biomecánicos, ortopédicos y funcionales. Realización de estudios en vivo y práctica asociada.

Método de evaluación:

Se evaluará la asistencia con una hoja de control de firmas para que se cumpla el mínimo exigido del 80% del horario del curso. Igualmente, se pasará un cuestionario de evaluación de la satisfacción del colegiado con el contenido y con el docente del curso, con un apartado de sugerencias y opiniones acerca de futuros cursos que deseen cursar los colegiados.

Fecha y duración:

Día 12 y 13 de noviembre de 2021.
15 horas de duración

Horario:

12 de noviembre 09:00 -20:00
13 de noviembre 09:00- 14:00

Lugar:

ILUSTRE COLEGIO OFICIAL DE PODÓLOGOS DE LA COMUNIDAD VALENCIANA
DOCTOR ZAMENHOF 41 BAJO - 46008 VALENCIA

Número de alumnos:

20 plazas.

Inscripción

La inscripción se realizará a través de página web del colegio. En nuestra página habrá un documento en el apartado FORMACIÓN con nombre **“BIOMECÁNICA DEL CICLISMO”**.

Importe Inscripción:

110 € para colegiados del ICOPCV y COPOMUR.

125 € para colegiados de otros Colegios Oficiales de Podólogos.

El curso incluirá una comida de trabajo y un coffe break.

(Deben avisar si padece alguna alergia o intolerancia)

Por acuerdo de Junta de Gobierno la inscripción y no asistencia los cursos gratuitos tendrá sanción y penalización de 50€ y no se procederá a la devolución del importe en los cursos que tenga cuota si no se anula la inscripción con 24 horas de antelación o presenten justificante médico u otra causa mayor.

Más información:

Secretaría del Ilustre Colegio Oficial de Podólogos de la Comunidad Valenciana Tel: 96 385 48 90 / correo@icopcv.org

* Si no hubiese un número suficiente de solicitudes, la organización se reserva el derecho de poder anular dicho curso.