

Esperto Universitario

Allenamento del Ciclista Professionista

Approvato dall'NBA





Esperto Universitario Allenamento del Ciclista Professionista

- » Modalità: online
- » Durata: 6 mesi
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Dedizione: 16 ore/settimana
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Accesso al sito web: www.techitute.com/it/scienze-motorie/specializzazione/specializzazione-allenamento-ciclista-professionista

Indice

01

Presentazione

pag. 4

02

Obiettivi

pag. 8

03

Direzione del corso

pag. 12

04

Struttura e contenuti

pag. 16

05

Metodologia

pag. 22

06

Titolo

pag. 30

01

Presentazione

Non c'è parte più importante della routine quotidiana di un atleta che l'allenamento. In qualsiasi modalità o disciplina, è necessario mantenere un livello adeguato di carico di lavoro e rafforzare le aree che possono fornire le migliori prestazioni. Il ciclismo non è estraneo a questa dinamica, poiché è compito degli allenatori progettare una routine di lavoro coerente e dinamica per sfruttare al massimo la potenza e le capacità del ciclista. Questa qualifica è l'occasione perfetta per approfondire questo aspetto, tenendo conto del *Power Profile* e delle situazioni particolari da affrontare. Non ci sono lezioni frontali o orari fissi, per cui si ha la totale libertà di assumere il carico didattico che si ritiene opportuno.





“

*Questo Esperto Universitario sarà decisivo
nella tua carriera professionale, dandoti
le basi dell'Allenamento del Ciclista
Professionista ai massimi livelli”*

La progettazione di una buona routine di allenamento è essenziale nello sviluppo e nel miglioramento continuo di ogni ciclista, non solo per continuare a migliorare la propria tecnica, ma anche per mantenere la forma, correggere eventuali difetti e adattarsi alle diverse situazioni che si incontreranno in pista. L'artefice di questo tassello fondamentale della prestazione sportiva è il preparatore fisico, che deve avere una conoscenza approfondita dei profili di allenamento, del livello di intensità da applicare e delle metriche avanzate per misurare le prestazioni.

L'allenatore non è in grado di pianificare una routine di allenamento al livello impegnativo richiesto dal ciclismo d'élite. TECH ha creato questo Esperto Universitario, in cui esperti con una vasta esperienza e una carriera professionale in squadre di ciclismo di alto livello hanno raccolto le chiavi essenziali per organizzare sessioni di allenamento efficaci e complete.

Nel corso del programma, lo studente sarà immerso in temi come l'Allenamento Ciclistico in base alla categoria, le strategie di recupero, il Power Profile e la Power Management Chart, i metodi di misurazione della forza e la gestione di situazioni particolari come il caldo o il *Jet Lag*. Accompagnato da un ampio materiale multimediale di altissima qualità, basato sull'esperienza degli insegnanti nel corso degli anni.

Per facilitare al massimo l'adattamento del programma a qualsiasi tipo di lavoro o responsabilità personale, tutto il materiale didattico è disponibile per il download sul Campus Virtuale. Tutti i contenuti sono accessibili da qualsiasi dispositivo dotato di connessione internet e possono essere visualizzati e studiati in qualsiasi momento.

Questo **Esperto Universitario in Allenamento del Ciclista Professionista** possiede il programma più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ♦ Sviluppo di casi di studio presentati da esperti del ciclismo e dello sport di alto livello
- ♦ Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici che forniscono informazioni scientifiche e pratiche sulle discipline essenziali per l'esercizio della professione
- ♦ Esercizi pratici che offrono un processo di autovalutazione per migliorare l'apprendimento
- ♦ Enfasi speciale sulle metodologie innovative
- ♦ Lezioni teoriche, domande all'esperto e/o al tutor, forum di discussione su questioni controverse e compiti di riflessione individuale
- ♦ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o portatile provvisto di connessione a internet



Incorpora l'analisi più avanzata delle prestazioni, la distribuzione dell'intensità e la pianificazione del recupero nella metodologia di lavoro"

“

Tutti i contenuti disponibili nel Campus Virtuale si basano sull'esperienza professionale di allenatori e ciclisti d'élite, offrendo una visione delle sessioni di allenamento più impegnative”

Il personale docente comprende professionisti del settore, che forniscono agli studenti le competenze necessarie a intraprendere un percorso di studio eccellente.

I contenuti multimediali, sviluppati in base alle ultime tecnologie educative, forniranno al professionista un apprendimento coinvolgente e localizzato, ovvero inserito in un contesto reale.

La creazione di questo programma è incentrata sull'Apprendimento Basato sui Problemi, mediante il quale il professionista deve cercare di risolvere le diverse situazioni di pratica professionale che gli si presentano durante il corso. Lo studente potrà usufruire di un innovativo sistema di video interattivi creati da esperti di rinomata fama.

Sarai in grado di decidere dove, quando e come assumere l'intero carico didattico, senza dover rispettare orari prestabiliti o lezioni. frontali.

Potrai aggiungere un'eccezionale solidità ai tuoi piani di allenamento grazie alle competenze che acquisirai nella periodizzazione e nella progettazione delle sessioni.



02

Obiettivi

L'obiettivo principale di questo Esperto Universitario è quello di migliorare le competenze del preparatore nell'area specifica dell'allenamento ciclistico professionale. Viene data particolare importanza all'esperienza pratica dei docenti, perché in questo modo l'allievo potrà contestualizzare tutte le metodologie e le tecniche acquisite sulla base dell'ambiente sportivo ciclistico più esigente.





“

Porta le tue capacità di pianificazione e gestione della preparazione a un nuovo livello grazie all'accuratezza con cui è stato sviluppato l'intero programma”



Obiettivi generali

- ♦ Comprendere i fattori di prestazione dello sport e, quindi, imparare a valutare le esigenze specifiche di ogni atleta
- ♦ Essere in grado di pianificare, periodizzare e sviluppare programmi di allenamento per ciclisti, in breve, per consentire agli studenti di esercitare la professione di allenatore
- ♦ Acquisire conoscenze specifiche relative alla biomeccanica del ciclismo
- ♦ Comprendere il funzionamento delle nuove applicazioni utilizzate per la quantificazione dei carichi e la prescrizione dell'allenamento
- ♦ Comprendere i benefici dell'allenamento della forza ed essere in grado di applicarli nell'allenamento contemporaneo
- ♦ Acquisire una specializzazione in nutrizione orientata al ciclismo
- ♦ Comprendere il funzionamento delle strutture ciclistiche, nonché le modalità e le categorie delle competizioni

“

Guida le sessioni di Allenamento Ciclistico più impegnative grazie alla determinazione e alle capacità organizzative che ti contraddistinguono”





Obiettivi specifici

Modulo 1. Pianificazione e programmazione dell'Allenamento Ciclistico

- ◆ Conoscere e applicare i diversi metodi di allenamento
- ◆ Imparare a distribuire i volumi e le intensità, in breve, a periodizzare
- ◆ Essere in grado di progettare sessioni di allenamento
- ◆ Studiare i carichi di allenamento delle categorie inferiori, dilettanti, professionisti e master

Modulo 2. Allenamento con il ciclismo di potenza

- ◆ Acquisire conoscenze sull'allenamento della potenza
- ◆ Affrontare le diverse metriche necessarie per prescrivere e quantificare l'allenamento della potenza
- ◆ Apprendere la modellazione delle prestazioni

Modulo 3. L'allenamento della forza nel ciclista

- ◆ Comprendere il concetto di Velocity Based Training e la sua relazione con il carattere dello sforzo
- ◆ Affrontare i diversi dispositivi presenti sul mercato per lavorare sulla base del VBT
- ◆ Studiare i vantaggi della formazione simultanea

Modulo 4. Situazioni speciali nell'Allenamento Ciclistico

- ◆ Imparare a distinguere le diverse situazioni avverse che influiscono sulla prestazione
- ◆ Sviluppare e applicare strategie per ottimizzare le prestazioni in situazioni avverse

03

Direzione del corso

Tutti i docenti scelti da TECH per la preparazione di questo Esperto Universitario hanno una vasta esperienza nel Ciclismo ai massimi livelli. In questo modo, tutti i suoi contributi, le chiavi e le tecniche sono focalizzati sui ciclisti più competitivi, dando all'allenatore un approccio scientifico e pratico con cui migliorare in modo distintivo la propria pianificazione e organizzazione delle sessioni di allenamento.



“

*Avrai a disposizione i migliori
consigli e la migliore metodologia di
lavoro disponibile, testata nelle più
prestigiose competizioni ciclistiche”*

Direzione



Dott. Sola, Javier

- ◆ CEO di Training4ll
- ◆ Allenatore della squadra WT UAE
- ◆ Responsabile Performance Massi Tactic UCI Womens Team
- ◆ Specialista di biomeccanica presso Jumbo Visma UCI WT
- ◆ Consulente WKO per le squadre di ciclismo del World Tour
- ◆ Formatore presso Coaches4coaches
- ◆ Professore associato presso la Loyola University
- ◆ Laureato in Scienze dell'Attività Fisica e dello Sport presso l'Università di Siviglia
- ◆ Laurea post-laurea in Sport Ciclistici ad alte prestazioni presso l'Università di Murcia.
- ◆ Direttore sportivo di III livello
- ◆ Numerose medaglie olimpiche e medaglie in campionati europei, coppe del mondo e campionati nazionali

Personale docente

Dott. Artetxe Gezuraga, Xabier

- ♦ Responsabile delle prestazioni della squadra WT Ineos Grenadier
- ♦ Insegnante e direttore di eventi della società Fundación Ciclista Euskadi
- ♦ Allenatore delle squadre WT Movistar, SKY e Ineos Grenadier
- ♦ Direttore sportivo e allenatore di Seguros Bilbao, Caja Rural, Euskaltel Development Team
- ♦ Allenatore di vincitori di Grandi Giri, Campionati del Mondo, medaglie olimpiche e campionati nazionali
- ♦ Formatore presso Coaches4coaches
- ♦ Master in Biomedicina ad Alte Prestazioni
- ♦ Certificato World Tour Level Sports Director (Direttore Sportivo UCI)
- ♦ Direttore sportivo di III livello

Dott. Celdrán, Raúl

- ♦ CEO di Natur Training System
- ♦ Responsabile della nutrizione della squadra Burgos BH ProConti
- ♦ Responsabile delle prestazioni della squadra professionale di MTB Klimatiza Team
- ♦ Formatore presso Coaches4coaches
- ♦ Laurea in Farmacia presso l'Università di Alcalá
- ♦ Master in Nutrizione, Obesità e Alte Prestazioni negli Sport Ciclici presso l'Università di Navarra

Dott. Moreno Morillo, Aner

- ♦ Responsabile delle Prestazioni della Squadra Nazionale di Ciclismo del Kuwait
- ♦ Assistente della squadra Euskaltel-Euskadi ProConti
- ♦ Laureato in Scienze dell'Attività Fisica e dello Sport presso l'Università Isabel I
- ♦ Master in Ricerca CAFD presso l'Università Europea
- ♦ Master in Sport Ciclistici ad Alte Prestazioni presso l'Università di Murcia
- ♦ Direttore sportivo nazionale di III livello

Dott. Heijboer, Mathieu

- ♦ Responsabile delle prestazioni della squadra WT Jumbo-Visma
- ♦ Allenatore di ciclisti di alto livello
- ♦ Ex ciclista professionista
- ♦ Laureato in CAFD

Dott. Iriberry, Jon

- ♦ CEO di Custom4us
- ♦ Responsabile della biomeccanica del team WT Jumbo Visma
- ♦ Responsabile della biomeccanica presso il Movistar Team
- ♦ Docente presso il Centro Mondiale UCI
- ♦ Laureato in Scienze dell'attività fisica e dello sport presso l'Università dei Paesi Baschi
- ♦ Master in High Performance presso la Colorado State University, USA

04

Struttura e contenuti

Dato l'elevato carico didattico che una qualifica di queste caratteristiche può comportare, TECH ha sviluppato tutto il materiale didattico basandosi sulla metodologia pedagogica del *Relearning*. Significa che l'insegnamento è completamente progressivo e naturale, senza richiedere allo studente un numero spropositato di ore di studio. Si perfeziona la propria tecnica di apprendimento nel corso del programma e si è in grado di incorporare le competenze acquisite nel proprio lavoro già prima della fine del programma.



“

Approfitta di tutto il materiale multimediale di alta qualità che troverai nel Campus Virtuale, compresi riassunti interattivi e video dettagliati creati dagli stessi docenti”

Modulo 1. Pianificazione e programmazione dell' Allenamento Ciclistico

- 1.1. Metodi di Allenamento per il Ciclista
 - 1.1.1. Continuo (uniforme e variabile)
 - 1.1.2. Allenamento intervallato
 - 1.1.3. Frazionato: ripetizioni
- 1.2. Distribuzione dell'intensità
 - 1.2.1. Forme di distribuzione
 - 1.2.2. Piramidale
 - 1.2.3. Polarizzata
- 1.3. Periodizzazione
 - 1.3.1. Tradizionale
 - 1.3.2. Per blocchi
 - 1.3.3. Inverso
- 1.4. Strategie di recupero
 - 1.4.1. Attiva
 - 1.4.2. Passiva
 - 1.4.3. Mezzi di recupero
- 1.5. Progettazione delle sessioni di allenamento in bicicletta
 - 1.5.1. Riscaldamento
 - 1.5.2. Parte principale
 - 1.5.3. Raffreddamento
- 1.6. Sviluppo delle capacità
 - 1.6.1. Miglioramento del VT1
 - 1.6.2. Miglioramento del VT2
 - 1.6.3. Miglioramento del VO2 Max
 - 1.6.4. Miglioramento della PMax e della capacità anaerobica
- 1.7. Sviluppo del ciclista a lungo termine
 - 1.7.1. Imparare ad allenarsi
 - 1.7.2. Imparare a competere
 - 1.7.3. Allenarsi per competere
- 1.8. Allenare il ciclista master
 - 1.8.1. Esigenze agonistiche delle gare master
 - 1.8.2. Calendario agonistico
 - 1.8.3. Distribuzione del carico

- 1.9. Allenamento del Ciclista under 23
 - 1.9.1. Esigenze agonistiche
 - 1.9.2. Calendario agonistico
 - 1.9.3. Distribuzione del carico
- 1.10. Allenamento del Ciclista Professionista
 - 1.10.1. Esigenze agonistiche
 - 1.10.2. Calendario agonistico
 - 1.10.3. Distribuzione del carico

Modulo 2. Allenamento con il ciclismo di potenza

- 2.1. Che cos'è la potenza?
 - 2.1.1. Definizione
 - 2.1.2. Che cos'è una W?
 - 2.1.3. Che cos'è un Julio?
- 2.2. Misuratori di potenza
 - 2.2.1. Funzionamento del contatore
 - 2.2.2. Tipologie
 - 2.2.3. Duale
 - 2.2.4. Psuedoduale
- 2.3. Cos'è il FTP?
 - 2.3.1. Definizione
 - 2.3.2. Metodi di stima
 - 2.3.3. Applicazione all'allenamento
- 2.4. Determinazione dei punti di forza
 - 2.4.1. Analisi del concorso
 - 2.4.2. Analisi dei dati
- 2.5. Power profile
 - 2.5.1. Classic power profile
 - 2.5.2. Advanced power profile
 - 2.5.3. Test del profilo di potenza
- 2.6. Monitoraggio delle prestazioni
 - 2.6.1. Che cos'è la performance?
 - 2.6.2. Monitoraggio MMP
 - 2.6.3. Monitoraggio dei parametri fisiologici

- 2.7. Power management chart (PMC)
 - 2.7.1. Monitoraggio del carico esterno
 - 2.7.2. Monitoraggio della carica interna
 - 2.7.3. Integrazione di tutti i sistemi
- 2.8. Metriche
 - 2.8.1. CP
 - 2.8.2. FRC/W'
 - 2.8.3. PMax
 - 2.8.4. *Stamina/Durability*
- 2.9. Resistenza alla fatica
 - 2.9.1. Definizione
 - 2.9.2. Basato su kJ
 - 2.9.3. Basato su kJ/kg
- 2.10. *Pacing*
 - 2.10.1. Definizione
 - 2.10.2. Valori normativi per le prove a tempo
 - 2.10.3. Software di stima

Modulo 3. L'allenamento della forza nel ciclista

- 3.1. Introduzione alla Forza
 - 3.1.1. Definizione
 - 3.1.2. Concetti relativi alla espressione della forza
 - 3.1.3. Forza e ciclismo
- 3.2. Benefici dell'allenamento della forza nel ciclista
 - 3.2.1. Adattamento molecolare e fisiologico
 - 3.2.2. Adattamenti neurali
 - 3.2.3. Miglioramento dell'efficienza
 - 3.2.4. Miglioramento della composizione corporea
- 3.3. Metodi di misurazione della forza
 - 3.3.1. Sistemi di misurazione lineare
 - 3.3.2. Dinamometro
 - 3.3.3. Piattaforme di forza e di contatto
 - 3.3.4. Piattaforme ottiche e App
- 3.4. RM
 - 3.4.1. Concetto di RM
 - 3.4.2. Concetto di NRM
 - 3.4.3. Concetto di carattere di sforzo
- 3.5. Velocità di esecuzione
 - 3.5.1. CE definita dalla velocità di esecuzione
 - 3.5.2. Valutazione della forza isoinerziale
 - 3.5.3. Curva forza/velocità/potenza
- 3.6. Pianificazione e programmazione dell'allenamento della forza
 - 3.6.1. Programmazione della forza
 - 3.6.2. Programmazione di un esercizio
 - 3.6.3. Programmazione di una sessione
- 3.7. Allenamento della forza sulla bicicletta
 - 3.7.1. Inizio
 - 3.7.2. *Sprint*
 - 3.7.3. Lavoro neruomuscolare
 - 3.7.4. Il lavoro di coppia è uguale all'allenamento della forza?
- 3.8. Allenamento Ciclista concorrente
 - 3.8.1. Definizione
 - 3.8.2. Strategie per massimizzare gli adattamenti
 - 3.8.3. Vantaggi e svantaggi
- 3.9. Esercizi consigliati
 - 3.9.1. Generali
 - 3.9.2. Specifico
 - 3.9.3. Esempio di sessione
- 3.10. Allenamento del core
 - 3.10.1. Definizione
 - 3.10.2. Benefici
 - 3.10.3. Esercizi di mobilità
 - 3.10.4. Tipologie di esercizio

Modulo 4. Situazioni speciali nell'Allenamento Ciclistico

- 4.1. Calore
 - 4.1.1. Prestazioni di calore
 - 4.1.2. Risposte all'allenamento e protocolli di adattamento
 - 4.1.3. Calore umido vs. calore secco
 - 4.1.4. Strategie per promuovere i benefici
- 4.2. Altitudine
 - 4.2.1. Prestazioni e altitudine
 - 4.2.2. *Responders* e non *responders*
 - 4.2.3. Benefici dell'altitudine
- 4.3. *Train High-Live Low*
 - 4.3.1. Definizione
 - 4.3.2. Vantaggi
 - 4.3.3. Svantaggi
- 4.4. *Live High-Train Low*
 - 4.4.1. Definizione
 - 4.4.2. Vantaggi
 - 4.4.3. Svantaggi
- 4.5. *Live High-Compete High*
 - 4.5.1. Definizione
 - 4.5.2. Vantaggi
 - 4.5.3. Svantaggi
- 4.6. Ipossia
 - 4.6.1. Definizione
 - 4.6.2. Vantaggi
 - 4.6.3. Svantaggi





- 4.7. Ipossia intermittente
 - 4.7.1. Definizione
 - 4.7.2. Vantaggi
 - 4.7.3. Svantaggi
- 4.8. Inquinamento atmosferico
 - 4.8.1. Inquinamento e prestazioni
 - 4.8.2. Strategie di adattamento
 - 4.8.3. Svantaggi dell'allenamento
- 4.9. *Jet Lag* e prestazioni
 - 4.9.1. *Jet Lag* e prestazioni
 - 4.9.2. Strategie di adattamento
 - 4.9.3. Integratori
- 4.10. Adattabilità ai cambiamenti nutrizionali
 - 4.10.1. Definizione
 - 4.10.2. Perdita di prestazioni
 - 4.10.3. Integratori

“

Potrai continuare a ricercare e approfondire gli argomenti che più ti interessano attraverso le molteplici letture complementari previste”

05 Metodologia

Questo programma ti offre un modo differente di imparare. La nostra metodologia si sviluppa in una modalità di apprendimento ciclico: ***il Relearning.***

Questo sistema di insegnamento viene applicato nelle più prestigiose facoltà di medicina del mondo ed è considerato uno dei più efficaci da importanti pubblicazioni come il ***New England Journal of Medicine.***





“

Scopri il Relearning, un sistema che abbandona l'apprendimento lineare convenzionale, per guidarti attraverso dei sistemi di insegnamento ciclici: una modalità di apprendimento che ha dimostrato la sua enorme efficacia, soprattutto nelle materie che richiedono la memorizzazione”

Caso di Studio per contestualizzare tutti i contenuti

Il nostro programma offre un metodo rivoluzionario per sviluppare le abilità e le conoscenze. Il nostro obiettivo è quello di rafforzare le competenze in un contesto mutevole, competitivo e altamente esigente.

“

Con TECH potrai sperimentare un modo di imparare che sta scuotendo le fondamenta delle università tradizionali in tutto il mondo”



Avrai accesso a un sistema di apprendimento basato sulla ripetizione, con un insegnamento naturale e progressivo durante tutto il programma.



Imparerai, attraverso attività collaborative e casi reali, la risoluzione di situazioni complesse in ambienti aziendali reali.

Un metodo di apprendimento innovativo e differente

Questo programma di TECH consiste in un insegnamento intensivo, creato ex novo, che propone le sfide e le decisioni più impegnative in questo campo, sia a livello nazionale che internazionale. Grazie a questa metodologia, la crescita personale e professionale viene potenziata, effettuando un passo decisivo verso il successo. Il metodo casistico, la tecnica che sta alla base di questi contenuti, garantisce il rispetto della realtà economica, sociale e professionale più attuali.

“

Il nostro programma ti prepara ad affrontare nuove sfide in ambienti incerti e a raggiungere il successo nella tua carriera”

Il metodo casistico è stato il sistema di apprendimento più usato nelle migliori facoltà del mondo. Sviluppato nel 1912 affinché gli studenti di Diritto non imparassero la legge solo sulla base del contenuto teorico, il metodo casistico consisteva nel presentare loro situazioni reali e complesse per prendere decisioni informate e giudizi di valore su come risolverle. Nel 1924 fu stabilito come metodo di insegnamento standard ad Harvard.

Cosa dovrebbe fare un professionista per affrontare una determinata situazione? Questa è la domanda con cui ci confrontiamo nel metodo casistico, un metodo di apprendimento orientato all'azione. Durante il programma, gli studenti si confronteranno con diversi casi di vita reale. Dovranno integrare tutte le loro conoscenze, effettuare ricerche, argomentare e difendere le proprie idee e decisioni.

Metodologia Relearning

TECH coniuga efficacemente la metodologia del Caso di Studio con un sistema di apprendimento 100% online basato sulla ripetizione, che combina 8 diversi elementi didattici in ogni lezione.

Potenziamo il Caso di Studio con il miglior metodo di insegnamento 100% online: il Relearning.

Nel 2019 abbiamo ottenuto i migliori risultati di apprendimento di tutte le università online del mondo.

In TECH si impara attraverso una metodologia all'avanguardia progettata per formare i manager del futuro. Questo metodo, all'avanguardia della pedagogia mondiale, si chiama Relearning.

La nostra università è l'unica autorizzata a utilizzare questo metodo di successo. Nel 2019, siamo riusciti a migliorare il livello di soddisfazione generale dei nostri studenti (qualità dell'insegnamento, qualità dei materiali, struttura del corso, obiettivi...) rispetto agli indicatori della migliore università online.



Nel nostro programma, l'apprendimento non è un processo lineare, ma avviene in una spirale (impariamo, disimpariamo, dimentichiamo e re-impariamo). Pertanto, combiniamo ciascuno di questi elementi in modo concentrico. Con questa metodologia abbiamo formato oltre 650.000 laureati con un successo senza precedenti, in ambiti molto diversi come la biochimica, la genetica, la chirurgia, il diritto internazionale, le competenze manageriali, le scienze sportive, la filosofia, il diritto, l'ingegneria, il giornalismo, la storia, i mercati e gli strumenti finanziari. Tutto questo in un ambiente molto esigente, con un corpo di studenti universitari con un alto profilo socio-economico e un'età media di 43,5 anni.

Il Relearning ti permetterà di apprendere con meno sforzo e più performance, impegnandoti maggiormente nella tua specializzazione, sviluppando uno spirito critico, difendendo gli argomenti e contrastando le opinioni: un'equazione diretta al successo.

Dalle ultime evidenze scientifiche nel campo delle neuroscienze, non solo sappiamo come organizzare le informazioni, le idee, le immagini e i ricordi, ma sappiamo che il luogo e il contesto in cui abbiamo imparato qualcosa è fondamentale per la nostra capacità di ricordarlo e immagazzinarlo nell'ippocampo, per conservarlo nella nostra memoria a lungo termine.

In questo modo, e in quello che si chiama Neurocognitive Context-dependent E-learning, i diversi elementi del nostro programma sono collegati al contesto in cui il partecipante sviluppa la sua pratica professionale.



Questo programma offre i migliori materiali didattici, preparati appositamente per i professionisti:



Materiali di studio

Tutti i contenuti didattici sono creati appositamente per il corso dagli specialisti che lo impartiranno, per fare in modo che lo sviluppo didattico sia davvero specifico e concreto.

Questi contenuti sono poi applicati al formato audiovisivo che supporterà la modalità di lavoro online di TECH. Tutto questo, con le ultime tecniche che offrono componenti di alta qualità in ognuno dei materiali che vengono messi a disposizione dello studente.



Master class

Esistono evidenze scientifiche sull'utilità dell'osservazione di esperti terzi.

Imparare da un esperto rafforza la conoscenza e la memoria, costruisce la fiducia nelle nostre future decisioni difficili.



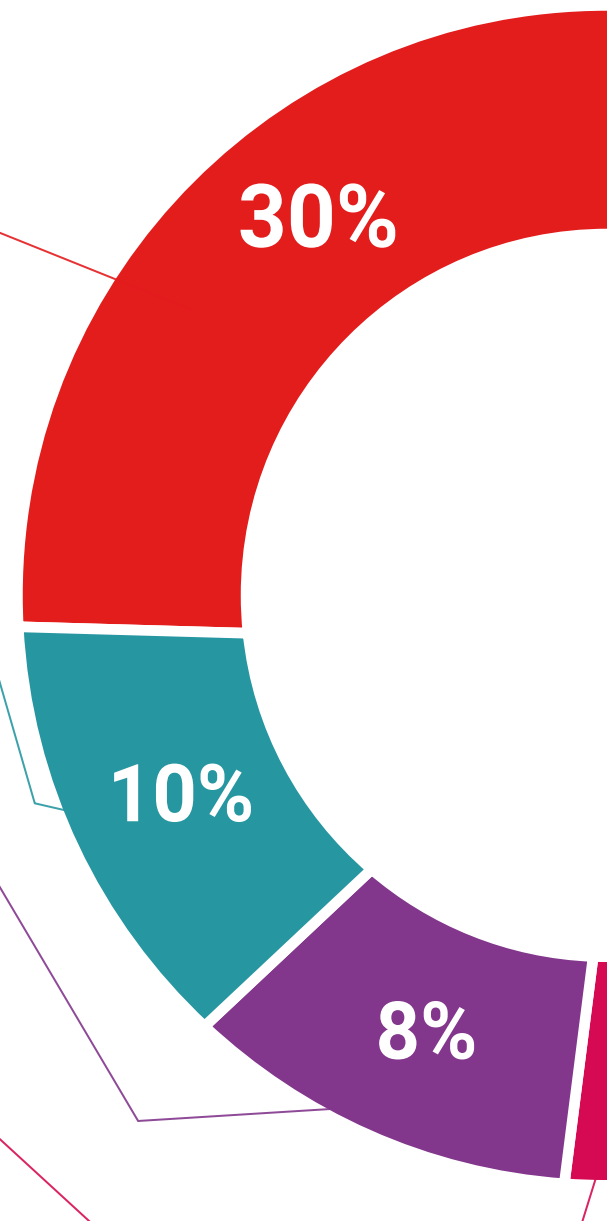
Pratiche di competenze e competenze

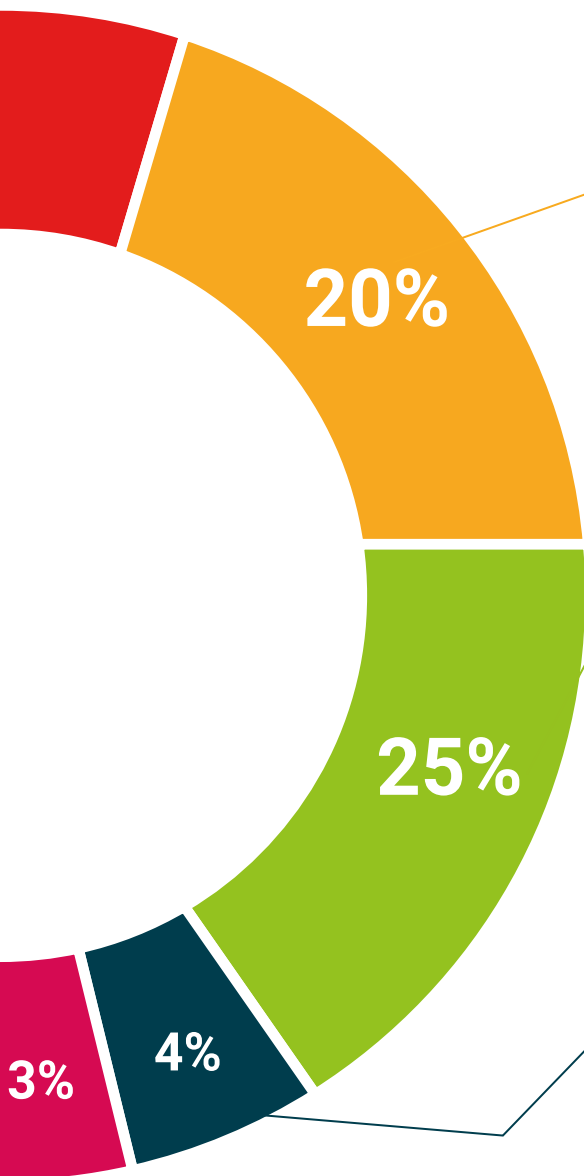
Svolgerai attività per sviluppare competenze e capacità specifiche in ogni area tematica. Pratiche e dinamiche per acquisire e sviluppare le competenze e le abilità che uno specialista deve sviluppare nel quadro della globalizzazione in cui viviamo.



Letture complementari

Articoli recenti, documenti di consenso e linee guida internazionali, tra gli altri. Nella biblioteca virtuale di TECH potrai accedere a tutto il materiale necessario per completare la tua specializzazione.





Casi di Studio

Completerai una selezione dei migliori casi di studio scelti appositamente per questa situazione. Casi presentati, analizzati e monitorati dai migliori specialisti del panorama internazionale.



Riepiloghi interattivi

Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

Questo esclusivo sistema di specializzazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



Testing & Retesting

Valutiamo e rivalutiamo periodicamente le tue conoscenze durante tutto il programma con attività ed esercizi di valutazione e di autovalutazione, affinché tu possa verificare come raggiungi progressivamente i tuoi obiettivi.



06 Titolo

L'Esperto Universitario in Allenamento del Ciclista Professionista garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, il conseguimento di una qualifica di Esperto Universitario rilasciata da TECH Università Tecnologica.





“

Porta a termine questo programma e ricevi la tua qualifica universitaria senza spostamenti o fastidiose formalità”

Questo **Esperto Universitario in Allenamento del Ciclista Professionista** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato.

Dopo aver superato la valutazione, lo studente riceverà mediante lettera certificata* con ricevuta di ritorno, la sua corrispondente qualifica di **Esperto Universitario** rilasciata da **TECH Università Tecnologica**.

Il titolo rilasciato da **TECH Università Tecnologica** esprime la qualifica ottenuta nell'Esperto Universitario, e riunisce tutti i requisiti comunemente richiesti da borse di lavoro, concorsi e commissioni di valutazione di carriere professionali. .

Titolo: **Esperto Universitario in Allenamento del Ciclista Professionista**

N. Ore Ufficiali: **600 o.**

Approvato dall'NBA



*Apostille dell'Aia. Se lo studente dovesse richiedere che il suo diploma cartaceo sia provvisto di Apostille dell'Aia, TECH EDUCATION effettuerà le gestioni opportune per ottenerla pagando un costo aggiuntivo.

futuro
salute fiducia persone
educazione informazione tutor
garanzia accreditamento insegnamento
istituzioni tecnologia apprendimento
comunità impegno
attenzione personalizzata inn
conoscenza presente qualità
formazione online
sviluppo istituzioni
classe virtuale lingu

tech università
tecnologica

Esperto Universitario
Allenamento del Ciclista
Professionista

- » Modalità: online
- » Durata: 6 mesi
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Dedizione: 16 ore/settimana
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Esperto Universitario

Allenamento del Ciclista Professionista

Approvato dall'NBA

