1º Congreso Internacional sobre Optimización del Entrenamiento de Fuerza y Rendimiento Neuromuscular

10/10/2022



La Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Granada celebra el **1º Congreso Internacional sobre Optimización del Entrenamiento de Fuerza y Rendimiento Neuromuscular**, organizado por los miembros del Departamento de Educación Física y Deportiva Amador García y Javier Courel, pertenecientes a la Red de Optimización del Entrenamiento de Fuerza y Rendimiento Muscular. Más de 20 universidades españolas y extranjeras, entre ellas del Reino Unido, Portugal y Chile, han participado en este encuentro.

El congreso supera las 200 inscripciones, 65 aportaciones originales, 24 comunicaciones y 41 posters. El evento pone de relieve la importancia que la fuerza muscular adquiere como componente esencial en la condición física, de cara a la mejora del rendimiento deportivo, siendo uno de los ejes capitales de los estudios en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Este encuentro cuenta con mesas de especialistas que abordan temáticas como son los deportes de fuerza y sus aplicaciones, el entrenamiento de fuerza y el rendimiento deportivo, el entrenamiento de fuerza basado en la velocidad, la hipertrofia muscular, las adaptaciones nerviosas al entrenamiento de fuerza, el entrenamiento de fuerza en poblaciones especiales y la evaluación de la fuerza muscular a partir del desarrollo de las teorías explicativas. Además, y pasando a la aplicación práctica, durante la tarde del día 6 de octubre se han desarrollado siete talleres, tales como el de Levantamientos Olímpicos y sus derivados, el entrenamiento de fuerza basado en la velocidad, la dinamometría electromecánica funcional, la metodología de captura y análisis para la valoración de la fuerza con dispositivos Chronojump, las estrategias para el desarrollo de la Hipertrofia, el Uso de plataforma de fuerza para la evaluación y monitorización del rendimiento deportivo y

Copyright© 2026 Universidad de Granada

la Ergonomía-Usabilidad y Calidad de la Información en el Entrenamiento de Fuerza.

El congreso será clausurado mediante la ponencia invitada a cargo del profesor Marcos Gutiérrez Dávila, quien además, ha recibido un reconocimiento a su labor docente e investigadora en el seno del Departamento de Educación Física y Deportiva de la UGR.

Contacto:

Amador García (amagr@ugr.es) y Javier Courel (courel@ugr.es)

Departamento de Educación Física y Deportiva

Facultad de Ciencias del Deporte

Universidad de Granada

Copyright© 2026 Universidad de Granada