



PORTADA DEL DÍA
Hoy en IDEAL
Vea la portada

Edición: **Granada** Edición Almería Edición Jaén Personalizar

Iniciar sesión con

Regístrate

Portada Local Deportes Economía Más Actualidad Gente y TV Ocio Participa Blogs Servicios Hemeroteca **IR**

Granada C.F. C.B. Granada Fútbol Provincial Más Fútbol Más Deporte Deporte Base Motor Baloncesto **La Preferente** **Mi carrera**

Estás en: Granada - Ideal > Más Deportes > Últimas noticias > **INVESTIGACIÓN Nadadores de elite participan en investigación sobre entrenamiento en altura**

ÚLTIMAS NOTICIAS DE MÁS DEPORTES 12:29

INVESTIGACIÓN Nadadores de elite participan en investigación sobre entrenamiento en altura

Noticias EFE

Granada, 28 oct (EFE).- Un total de 65 nadadores de elite de siete países participan en una investigación sobre el entrenamiento en altitud, que pretende comparar el efecto de distintas estrategias de entrenamiento en estas circunstancias sobre el rendimiento físico y deportivo, la técnica deportiva y el estado de salud.

Según ha informado la Universidad en un comunicado, durante los meses de octubre y noviembre Granada acoge a gran parte de los participantes en el proyecto denominado "Altitude", una iniciativa de investigación internacional.

Los parámetros de seguimiento permitirán analizar el estado de las capacidades fisiológicas, respuesta hematológica, inmunológica, balance oxidante, composición corporal y adaptaciones cardiovasculares al entrenamiento en altitud moderada.

Para la ejecución del proyecto, Granada se constituye como uno de los pocos lugares del mundo donde puede practicarse la estrategia conocida como "high-high-low", la permanencia en altitud moderada y entrenamiento 2-3 veces por semana a cota baja.

Todo ello se produce gracias a la proximidad entre el Centro de Alto Rendimiento de Sierra Nevada, a 2.230 metros de altitud, donde residen los nadadores, y la piscina del Centro de Actividades Deportivas de la Universidad de Granada (690 m).

Esta ubicación estratégica es el requisito indispensable que permite a los nadadores llevar a cabo su entrenamiento en ambas localizaciones mientras residen en altura. EFE

[De iBanesto: sin gastos, ni comisiones, y con la confianza de un gran Banco.](#)

ANUNCIOS GOOGLE

ITE Granada Económica

Inspección Técnica de Edificios, 10 años experiencia nivel nacional
www.EspanalTE.com

Curso Vigilante Seguridad

Comienzo Inminente en Granada Mña. Tarde e Intensivo 958123936
www.CentroAndaluz.net

Compramos tu coche

Siniestrados, inundados, averiados viejos. Grúa Gratis. Alta tasación.
www.compramosiniestros.es

Veterinarios online ahora

5 veterinarios están en línea. Pregunte y obtenga su respuesta ya!
JustAnswer.es/mascotas

Powered by SARENET

ideal.es

© Ideal Comunicación Digital SL Unipersonal

Registro Mercantil de Granada, Tomo 924, Libro 0, Folio 64, Sección 8, Hoja GR17840, Inscripción 1ª C.I.F.: B18553883 Domicilio social en C/ Huelva 2, Polígono de ASEGRA 18210 Peligros (Granada) Correo electrónico de contacto: idealdigital@ideal.es Copyright © Ideal Comunicación Digital S.L.U., Granada, 2008. Incluye contenidos de la empresa citada, del diario IDEAL editado por Corporación de Medios de Andalucía y en su caso, de otras empresas del grupo de la empresa o de terceros.

EN CUALQUIER CASO TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS:

Queda prohibida la reproducción, distribución, puesta a disposición, comunicación pública y utilización, total o parcial, de los contenidos de esta web, en cualquier forma o modalidad, sin previa, expresa y escrita autorización, incluyendo, en particular, su mera reproducción y/o puesta a disposición como resúmenes, reseñas o revistas de prensa con fines comerciales o directa o indirectamente lucrativos, a la que se manifiesta oposición expresa.

Contactar | Mapa Web | Aviso legal | Política de privacidad | Publicidad | Master de periodismo | Visitas al Ideal

ENLACES VOCENTO

ABC.es
El Correo Digital
elnortedecastilla.es
Elcomercio.es
SUR.es
Qué.es
La Voz Digital
Punto Radio
hoyCinema
Infoempleo
Autocasion

Hoy Digital
La Rioja.com
DiarioVasco.com
Ideal digital
Las Provincias
El Diario Montañés
Laverdad.es
Finanzas y planes de hoyMotor
Guía TV
11870.com