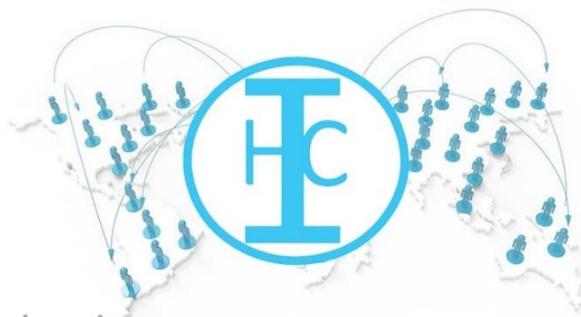


# CONFERENCIA

## Genómica para la mejora del Rendimiento Deportivo



Alrededor de un 50% de las diferencias en el rendimiento deportivo entre dos personas se explican por las diferencias genéticas entre ellas, ya que éstas definen características clave como su metabolismo energético o su capacidad muscular.

Además, las diferencias genéticas también determinan el grado de respuesta a factores ambientales como el entrenamiento o la suplementación nutricional: es la denominada interacción entre el genoma y el ambiente, base de las recomendaciones personalizadas en función de la genómica personal.



### Qué es una CONFERENCIA HUMANS ?

Es una forma de comunicar, transmitir e implantar en la persona, un conocimiento que asegure su formación y aplicación práctica. Es una forma de dar información de forma progresiva, mediante CONFERENCIAS, ampliando conocimientos mediante TALLERES y estos a su vez se agrupan y completan en CURSOS, siempre con los mejores profesionales. HUMANS se adapta a tus horarios y disponibilidad mediante el método ONLINE.

#### CONTENIDO

- Importancia de la genómica personal para la salud en general y el deporte en particular.
- Factores de predisposición genética para la excelencia deportiva.
- Optimización de la alimentación y el entrenamiento en base a la información genética individual, para alcanzar el máximo rendimiento deportivo con un mínimo riesgo de lesión.
- Valoración de los diferentes tipos de tests genéticos disponibles en el mercado y su aplicación a la nutrición y al entrenamiento diario.

#### Evolución de la Formación en HUMANS

- 1er nivel de formación: CONFERENCIA
- 2º nivel de formación: TALLER SEMIPRESENCIAL
- 3er nivel de formación: CURSO

La atención personalizada y las metodologías se aplican en todas las fases en las que participa el alumno

#### A quién va dirigido...

Esta conferencia va dirigida al deportista o entrenador con ganas de ampliar conocimientos en técnicas novedosas y perfeccionar sus métodos de entrenamiento y conducta

[www.theinternationalhumanscompany.com](http://www.theinternationalhumanscompany.com);

[info@theinternationalhumanscompany.com](mailto:info@theinternationalhumanscompany.com)



@TheIHumansC

**La GENÓMICA aplicada al deporte, el camino hacia el alto rendimiento**

Miembro de las asociaciones:

Global Sports Innovation Center

Powered by  Microsoft

**AECODE**  
Asociación Española  
de Coaching Deportivo  
[www.aecode.es](http://www.aecode.es)