

Novaelite
Sports Performance Innovation

NOVAELITE
BOXEO

NOVAELITE BOXEO

NOVAELITE ha creado un programa específico para los amantes y practicantes del boxeo.

Este deporte requiere de una gran preparación física y de un trabajo constante de fisioterapia para la normalización, rehabilitación y readaptación de las numerosas lesiones sufridas a causa de la exigencia intrínseca de los combates.

NOVAELITE puede hacer numerosas aportaciones al mundo del boxeo y sus particularidades físicas entre las que destacamos:

> **VALORACIONES**

El boxeo requiere de todo tipo de valoraciones biomecánicas específicas de los boxeadores con el objetivo de cuantificar las cargas que necesita cada individuo para mejorar su rendimiento.

- TMG (parcial o global). Tensiomiografía parcial o global: Ideal para detectar descompensaciones musculares.
- Valoración Eco-Estructural: Ideal para detectar descompensaciones articulares y calidad de los tejidos.
- Estudio nutricional.
- Test incremental de potencia para hallar DÉFICIT UNILATERALES y FACILITACIÓN UNILATERAL. El medio para realizar estos test de potencia pueden ser:
 - En medio Squat con peso libre.
 - Cadena de extensión en yoyo multigym y/o squat.
 - Flexores de rodilla en yoyo leg curl.
 - Aductores/Separadores en Versa Pulley
 - Test de saltos
 - Test incremental de potencia de gestos específicos

➤ INTERVENCIONES DIRECTAS EN NOVAELITE

Las distintas áreas de **NOVAELITE** trabajan coordinadamente interrelacionándose según los objetivos marcados por cada caso en concreto.

➤ ENTRENAMIENTOS ESPECIFICOS

NOVAELITE ofrece entrenamientos específicos de tren superior o inferior, complementando el trabajo propiamente físico que realizan los boxeadores garantizando un mayor control con monitorización en tiempo real.

Entre otros, podemos potenciar los siguientes aspectos:

- Mejorar LA FUERZA EXPLOSIVA Y REACTIVA para los gestos de desplazamiento y golpes.
- Mejorar la agilidad de movimientos y tiempos de reacción ante fatiga fisiológica.
- Mejorar la estabilidad de articulaciones y de la columna vertebral.
- Mejorar la anticipación de movimientos.
- Mejorar la Coordinación y DISOCIACIÓN DE SEGMENTOS CORPORALES
- Mejorar “juego de pies” y reacción ante golpes.

➤ ENTRENAMIENTO INTEGRADO, PREVENCIÓN Y RECUPERACIÓN DE LESIONES

A nivel preventivo podemos, entre otros aspectos:

- Minimizar las descompensaciones musculares y articulares.
- Prevenir lesiones musculares.

Somos expertos en recuperar cualquier tipo de lesión en cualquiera de sus fases de rehabilitación y readaptación.

Además nuestros servicios de soporte de NUTRICIÓN Y ANTROPOMETRÍA entre otros nos permiten junto con la fisioterapia, la preparación física y las valoraciones enfocar al deportista de manera individualizada, científica y global para así sacar su máximo rendimiento posible.