

**Novaelite**  
Sports Performance Innovation

**NOVAELITE**  
GOLF

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

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

## > VALORACIONES:

El golf requiere de ciertas valoraciones biomecánicas específicas de los jugadores 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 equilibrio en plataforma de fuerza:** se determina descompensaciones y situación en el centro de gravedad.
- **Test de potencia de gesto de golpeo (swing):** se determina posibles déficit entre lados así como qué potencia tiene simulando el golpe específico.

## > 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 jugadores garantizando un mayor control con monitorización en tiempo real.

Entre otros, podemos potenciar los siguientes aspectos:

- Mejora de la estabilidad en general.
- Mejorar la aceleración en el golpeo.
- Mejora de la resistencia muscular y acondicionamiento físico general.
- Mejorar la estabilidad de la columna vertebral.

## ➤ ENTRENAMIENTO INTEGRADO, PREVENCIÓN Y RECUPERACIÓN DE LESIONES

A nivel preventivo podemos, entre otros aspectos:

- Prevenir lesiones en la espalda, sobre todo en la zona baja de la misma (low back pain).
- Minimizar las descompensaciones musculares y articulares.

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.