

# **CURSO DE CONSTRUCCIÓN DEL JUGADOR DE BÁSQUETBOL MODERNO**

## **MODALIDAD**

Las clases teóricas se dictan en modalidad virtual sincrónica.  
El programa está compuesto por 4 módulos dobles.

## **DURACIÓN**

Dos meses (8 semanas).

Total de carga horaria: 80 hs.

## **FECHA DE INICIO**

7 de octubre de 2025.

## **DÍAS Y HORARIOS DE CURSADA**

Martes de 19 hs a 21hs.



INSTITUTO  
**CAB**



## FUNDAMENTACIÓN

Este curso surge como una actualización avanzada para entrenadores y profesionales del básquetbol, enfocada en el desarrollo integral del jugador moderno a través de la genética, neurociencia, energética y aspectos invisibles del entrenamiento. El programa integra conocimientos científicos y prácticos para optimizar la formación y el rendimiento en las nuevas generaciones, combinando:

Análisis genético para personalizar el entrenamiento, la prevención de lesiones, y el desarrollo muscular.

- ▶ Entrenamiento cognitivo y muscular para maximizar la performance.
- ▶ Suplementación basada en evidencia para elevar el rendimiento deportivo físico y mental.
- ▶ Gestión del descanso y recuperación para sostener el alto nivel.

**“Desarrollar al jugador moderno es fusionar ciencia y práctica: lo que hoy optimizamos genéticamente y mentalmente definirá el futuro del básquetbol.”**

## OBJETIVOS DEL CURSO

- ▶ Comprender el impacto de la genética en el rendimiento, la nutrición y prevención de lesiones en el básquetbol.
- ▶ Aplicar estrategias de entrenamiento que integren el cerebro y el músculo para la formación de élite.



INSTITUTO  
CAB



- ▶ Actualizar conocimientos sobre suplementos deportivos respaldados por ciencia y evidencia práctica para la performance física cognitiva.
- ▶ Diseñar planes de descanso, relajación y manejo de cargas para mejorar la recuperación física y mental.
- ▶ Fomentar un enfoque integral en la formación de jugadores de nuevas generaciones para alcanzar picos de performance.

## PÚBLICO OBJETIVO

Entrenadores, preparadores físicos y profesionales del básquetbol con experiencia en niveles formativos o de élite que busquen profundizar en aspectos científicos y modernos del desarrollo del jugador.

## FECHA DE INSCRIPCIÓN

Inicio: 8 de septiembre de 2025.

Cierre: 4 de octubre de 2025, a las 20:00 hs.

## LINK DE INSCRIPCIÓN

<https://institutocab.quinttos.com/index.php/inscripcion/online/moderno>

## REQUISITOS DE ADMISIÓN

- ▶ Ser mayor de 18 años.
- ▶ Documento Nacional de Identidad (DNI) para ciudadanas y ciudadanos de la Argentina; Pasaporte para ciudadanas y ciudadanos extranjeras/os. **Presentar por plataforma antes del 4 de octubre de 2025.**



INSTITUTO  
CAB



**Nota:**

- ▶ Ver tutorial de la carga de documentación y pago de arancel <https://www.youtube.com/watch?v=aHxu1vhjrvE>
- ▶ El día 4 de octubre a las 20:00 h se cerrarán las inscripciones. Quienes no hayan completado la documentación no podrán iniciar el curso, aun cuando hayan abonado el arancel, el cual no será reintegrado.

## ALCANCE

Certificación oficial otorgada por el Instituto CAB que certificara la realización de la especialización, permitiendo desempeñarse en clubes, escuelas y centros deportivos.

Además, quienes completen el curso pasarán a formar parte de nuestra comunidad exclusiva, lo que les dará acceso preferencial a futuras prácticas, actividades adicionales y eventos presenciales que estamos planificando. ¡Una oportunidad única para seguir creciendo juntos!

## SISTEMA DE EVALUACIÓN

- ▶ El curso cuenta con una evaluación al finalizar cada módulo, además de una evaluación final integradora que abarca los 4 módulos en conjunto.



INSTITUTO  
CAB



## **PLAN DE ESTUDIO:**

### **Módulo 1: Genética del jugador de basketball actual y del futuro.**

Nutrigenética, capacidades físicas según genética, stress oxidativo muscular del jugador según genética, prevención de lesiones según genética en el basketball.

Disertante: Pablo Corinaldesi

### **Módulo 2: Cerebro y músculo del jugador de baloncesto moderno.**

Entrenar el músculo y los dominios cognitivos en la formación y en la élite para alcanzar el clímax de performance.

Disertante: Pablo Corinaldesi / Gastón Bergner

### **Módulo 3: Actualización de suplementos deportivos en el jugador de baloncesto moderno.**

Según la ciencia y la evidencia práctica en campo, qué suplementos nutricionales sirven para maximizar en todo sentido el rendimiento.

Disertante: Karina Gavini

### **Módulo 4: Cuidando el descanso y la relajación físico mental del jugador de baloncesto.**

Presión en el basketball y manejo de las emociones. Cómo gestionar equipos de trabajo de alto rendimiento y porqué pueden fracasar.

Planificación de cargas, tipos de estímulos, técnicas de relajación y aterrizaje, beneficios del descanso nocturno y tipo de siestas, alimentos que estimulan y perjudican el descanso, manejo del jet lag.

Disertante: Pablo Pécora – Pablo Corinaldesi

## **DISERTANTE**

Equipo interdisciplinario de entrenadores y profesionales certificados por el Instituto CAB y avalado por GSSI (GATORADE SPORTS SCIENCE INSTITUTE).

- ▶ Pablo Corinaldesi. Experto en medicina del deporte y genética aplicada al rendimiento deportivo.



INSTITUTO  
**CAB**



- ▶ Pablo Pecora. Experto en psicología del deporte aplicada al rendimiento de élite.
- ▶ Karina Gavini. Nutricionista experta en energética, hidratación y suplementación para el rendimiento físico mental.
- ▶ Gastón Bergner. Experto en entrenamiento físico cognitivo en deporte de élite.

## ARANCEL

Pago único de \$ 200.000 (doscientos mil pesos) o dos cuotas de \$ 100.000 (cien mil pesos).

## MÁS INFORMACIÓN:

**Consultas académicas:** [rossetpablo@gmail.com](mailto:rossetpablo@gmail.com)

**Consultas administrativas (documentación y pagos):**  
[consultas.institutocab@cabb.com.ar](mailto:consultas.institutocab@cabb.com.ar)



INSTITUTO  
**CAB**

