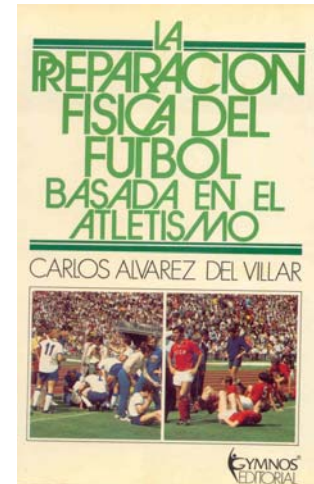




## BIBLIOTECA

**LA PREPARACIÓN FÍSICA DEL FÚTBOL BASEADA EN EL  
ATLETISMO**  
VILLAR, C. A.  
Gimnos Editorial, Madrid, 1985



**Cota 11**

### Principais temas abordados

- ⚽ Parte 1 – Analisis comparativo de la carrera, los saltos e los lanzamientos en atletismo y en fútbol
- ⚽ Parte 2 – Sobre las cualidades físicas básicas o habilidades motrices del jugador de fútbol – atleta y como mejorarlas baseandose en los sistemas de entrenamiento aplicdos en atletismo
- ⚽ Parte 3 – Principios sobre teoria del entrenamiento comunes a todos los deportes