



Elements
SYSTEM

MIOFASCIAL

Foam Roller, Pelotas de liberación,
Percutores, IASTM, Flossing.

MADRID
2026

7 JUNIO

www.elementssystem.com



SEMINARIO AVANZADO

La autoliberación miofascial (Self Myofascial Release, SMR) se ha consolidado como una herramienta fundamental dentro del entrenamiento y la recuperación funcional. Basada en la aplicación controlada de presión y movimiento sobre el tejido fascial, esta técnica promueve la mejora del rango articular, la reducción de la rigidez muscular y el incremento de la percepción corporal y del control neuromotor. En un contexto donde la demanda física y las cargas de entrenamiento son elevadas, dominar diferentes métodos de SMR permite a los entrenadores optimizar sus programas, acelerar la recuperación y prevenir lesiones en sus deportistas.

ÚNETE





DOCENTES

 @elements_system



Iván Gonzalo

 @ivanelements



Carlos López

 @carlos.lopez.rehab



CONTENIDOS

- ✓ Fundamentos de la fascia y su papel en la función y disfunción del movimiento.
- ✓ Principios neurofisiológicos y mecánicos de la autoliberación miofascial.
- ✓ Aplicación práctica con foam roller y pelotas: secuencias globales y segmentarias.
- ✓ Uso avanzado de pistolas percutoras, herramientas IASTM y floss bands.

OBJETIVOS

- Comprender la estructura y función de la fascia dentro del sistema miofascial.
- Identificar las respuestas neuromusculares asociadas a diferentes técnicas de SMR.
- Dominar la aplicación segura y eficiente de cada herramienta de liberación.
- Diseñar rutinas de liberación adaptadas al tipo de entrenamiento y perfil del cliente.
- Integrar técnicas de SMR en protocolos de mejora del rendimiento y prevención de lesiones.

AGENDA



Curso avalado por la
Asociación Profesional de
Entrenamiento Personal (España).

7 JUNIO 2026

DOMINGO

FORMACIÓN presencial
100% de aplicación
práctica 9 A 14H

LOCALIZACIÓN

REAL Healthness Club

C. de Villanueva, 35, Salamanca, 28001 Madrid



<https://maps.app.goo.gl/5kMuTLqVmEW8vPNE8>

**CANAL DE TELEGRAM PROPIO PARA EL CURSO
ACTIVO DURANTE EL MES DE JUNIO**



INSCRÍBETE AHORA

INCLUYE

- Curso Presencial (5H PRÁCTICAS).
- Aplicación de casos prácticos y estudios de casos clínicos reales.
- Canal exclusivo de Telegram durante todo el proceso formativo.
- Apuntes con programas concretos por zonas corporales.
- Artículos científicos complementarios sobre tendón, tejido conectivo y métodos isométricos de entrenamiento.
- Certificado de asistencia al curso.

CUOTA DE INSCRIPCIÓN

95 €

**Inscripciones en
PAGO SEGURO STRIPE**

Método de pago

- Tarjeta
- Bancontact
- eps EPS

20 PLAZAS DISPONIBLES.

POLÍTICA DE CANCELACIÓN

- Con 1 mes de antelación: 100% del importe del curso.
- 1 mes-15 días: 50% del importe del curso.
- Menos de 15 días: No se admiten cancelaciones (se reservará esa cuota para otras ediciones del curso si se cubre esa plaza con otro asistente).
- Cualquier causa mayor justificada, por supuesto que lo tendremos en cuenta de manera presencial: nuestro objetivo es que disfrutes de tu proceso de certificación y le saques el mayor partido posible.

INSCRÍBETE





CONTACTO



620 11 83 80

info@elementssystem.com



www.elementssystem.com