

FORMACIÓN Y TITULACIONES



FORMACIÓN ACADÉMICA

1989-1994 Licenciado en Educación Física por el INEFC-Barcelona (especialidades de atletismo y fútbol).

OTRAS TITULACIONES

2023-act. Máster en alto rendimiento deportivo Comité Olímpico Español (cursando).

2022 Especialista en Técnicas de respiración, The breathing academy, Annecy, Francia

2022 Instructor Especialista Buteyko, Annecy, Francia

2022 Especialista certificado Elements System, (Asociación profesional de entrenamiento personal)

2015 Entrenador personal NSCA – CPT (National Strength and conditioning Association (NSCA SPAIN

2014 Athlete's Performance international mentorship (EXOS), USA

2012 Técnico especialista en entrenamiento personal (Federación Madrileña halterofilia)

2012 Certificado élite metodología Elements System

2011 Taller de "Evaluación y control del entrenamiento". Grupo sobrentrenamiento.

2002 "Aplicación del método sistémico de reorganización corporal en la preparación física deportiva", por MSM cec&ce.

2001 "Técnico en actividades acuáticas y acuático" Ubae-Sea, Can Dragó, Barcelona.

1999 "Keiser Power Paicing Instructor", por Keiser (ciclismo indoor). BCN.

1995 "Curso de masaje deportivo", por el Comité Olímpico español, Universidad de Barcelona y Quirotema. Barcelona.

1995 "Curso instructor Remo Concept", Juan Carlos Colado, INEFC, BCN

1995 "Técnicas de vendaje funcional (TAPING)". Toni Bové, INEFC. BCN.

1994-1995 "Dietética y nutrición", por el centro de estudios INMASTER. Barcelona.

1994-1995 "Técnico quiropráctico", por el centro de estudios INMASTER. Barcelona.

1994 "Técnicas antropométricas". Ferran Rodríguez, INEFC. Barcelona.

1993-1994 "Quiroterapeuta masajista", por el centro de estudios INMASTER. Barcelona.

1993-1994 "Técnicas de masaje terapéutico", centro de estudios INMASTER. Barcelona.



**JOAN
RODRÍGUEZ
BARNADA**
PREPARADOR FÍSICO

 www.instagram.com/joanrodriguezbarbada/

 <https://acortar.link/mx8vFo>

EXPERIENCIA PROFESIONAL



- 2017-2023 Profesor del máster Universitario en Actividad Física Terapéutica para personas con patología crónica, envejecimiento o discapacidad.
- 2011-2023 Responsable formación y director de los Centros Puente de la Fundació Isidre Esteve.
- 2011-2023 Cofundador de Fitcenter, centro de entrenamiento y fisioterapia.
- 2002-2023 Preparador físico de distintos deportistas olímpicos y paralímpicos (Chano Rodríguez - natación, Elsa Baquerizo, John García, Javi Bosma, Pablo Herrera (beach coley), David Mouriz, Bernabé Costas, Vicky Vilariño, Julio Vilas (baloncesto en silla de ruedas).
- 2008-2015 Preparador físico Coruxo F. C. (fútbol, 2ª Bª división española), en Vigo.
- 2006-2009 Preparador físico Vigostick (hockey patines), en Vigo.
- 2007-2008 Preparador físico de Iván Pozo (campeón Europa boxeo), en Vigo.
- 2004-2007 Preparador físico primer equipo Real Club Celta de Vigo S.A.D., en Vigo.
- 2002-2007 Preparador físico de la selección española de beach voley (medalla de plata en JJOO Atenas-04); Barcelona, Tenerife y Vigo.
- 2000-2004 Consejero técnico en MediCOMPEX Ibérica S.L., Barcelona (Responsable departamento técnico, formación y deportes de élite).
- 2000-2006 Cofundador y socio de Entrenador.net s. c. p. (entrenamientos personalizados de competición: Álex Barros, Xavier Bosma, David Vázquez, Arantxa Sánchez Vicario, Anna Villar, Miki Arpa, Pablo Herrera, Arnau Julià, Salomon, etc., en Barcelona.
- 1998-2000 Profesor créditos atletismo en la Universidad de Barcelona (U.B.), en Barcelona.
- 1996-2000 Profesor créditos fitness y musculación en la Universidad de Barcelona (U.B.), en Barcelona.
- 1997-2000 Técnico deportivo, actividad física de mantenimiento y tercera edad. Poliesportiu F. C. Martinenc, en Barcelona.
- 1995-2003 Entrenador atletismo (velocidad y vallas) Club Esportiu Universitari de Barcelona.
- 1995-1996 Preparador físico del F. C. Cardedeu (fútbol). Primera catalana. Barcelona.
- 1994-1997 Cofundador y socio de TOP FÍSIC. Empresa de preparación física para opositores (Mossos d'esquadra, bomberos, policía nacional, etc.), en Barcelona.

PUBLICACIONES



- 2004 "La electroestimulación. Entrenamiento y periodización". ED. Paidotribo. ISBN: 84-8019-776-5. Barcelona.
- 2002 Capítulo "El fenómeno fisiológico de la potenciación", del libro "¿Qué es la electroestimulación?", Gianpalolo Boschetti. Ed. Paidotribo. ISBN 84-8019-590-8
- 2003 Capítulo "Electroestimulación en el fitness", del libro "Fitness vida en forma", Gustau Raluy. Ed. Océano. ISBN 84-7556-265-5

PONENCIAS Y CONGRESOS



- 2023 Aplicaciones de la realidad virtual en personas con diversidad funcional (en revisión)
- 2018-2023 Cursos sobre electroestimulación y deporte, kettlebell y preparación física.
- 2018 Presentación de Comunicación oral en 15º Congreso Internacional de Ciencias del Deporte y la Salud: "Efectos de un programa de entrenamiento con Electroestimulación de cuerpo completo en la estabilidad de raquis de una persona con lesión medular".
- 2017 1º premio en 14º Congreso Internacional de Ciencias del Deporte y la Salud Sportis: "El entrenamiento interválico de alta intensidad mejora la capacidad aeróbica en lesionados medulares".
- 2017 Presentación de Poster en X Simposio internacional de Fuerza (Madrid): "Alta intensidad y lesionados medulares".
- 2004-2005 Curso de verano "L'electroestimulació en el fitness, en la recuperació i en els entrenaments personalitzats", en INEFC Barcelona.
- 2000-2003 Congreso Nacional de entrenadores de triatlón, "Electroestimulación aplicada al triatlón", en Madrid.
- 2000-2004 Diferentes ponencias en congresos nacionales e internacionales: "Congreso Mundial Hemofilia" Sevilla en 2002, Conferencias en diferentes estamentos deportivos y universidades en Venezuela en 2003, Congreso internacional de fútbol en Madeira en 2003, Seminarios en diferentes INEF-FCAFD (León, Vitoria, Granada, Barcelona, A Coruña, Madrid, Valencia, Pontevedra, Lleida), Seminarios en diferentes facultades de fisioterapia (Barcelona, Zaragoza, Manresa, Girona, Madrid), seminarios en el Colegio de Farmacéuticos (Barcelona, Madrid, Girona, San Sebastián, Valencia, Sevilla, Zaragoza).

COMO DEPORTISTA



- 2023 Campeón del mundo amateur y veterano de media maratón de kettlebell (Snatch) WKSF, Budapest.
- 2022 Campeón del mundo veterano de media maratón de kettlebell (Snatch) WKSF, Oporto.
- 2022-23 Campeón de España absoluto de media maratón Snatch KSE, Pamplona y Valencia.
- 2021 Campeón del europa veterano de media maratón de kettlebell (snatch)
- 2015-2019 Campeón de España de Traitlón indoor en la modalidad de distancia y en la de tiempo.
- 2018 Campeón de Europa de Triatlón Indoor
- 2018 Mejor marca española de triatlón indoor (distancia, tiempo y w/kg)
- 1995 Campeón de Cataluña absoluto de 400 metros vallas y Finalista en Campeonato de España absoluto.
- 1989-1985 Jugador del RCD Espanyol de Barcelona