



DOCENTE DEL ESPACIO ACADEMICO CIENCIAS DEL DEPORTE

INFORMACION PERSONAL

Orestes Cruz Telleria
Origen: CUBA
Pasaporte B389822

ESTUDIOS REALIZADOS

1992- Técnico en Terapia Física y Rehabilitación. Politécnico de la Salud "Simón Bolívar" Pinar del Río.

1999- Licenciado en Cultura Física. Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Faiardo" Ciudad de la Habana.

EXPERIENCIA LABORAL

1992-2008- Fisioterapeuta. Centro Provincial de Medicina Deportiva. Pinar del Río.

1992-1996- Equipo provincial de Levantamiento de Pesas. Pinar del Río. Participando en todos sus campeonatos nacionales.

1994- Campeonato Internacional de Levantamiento de Pesas "Manuel Suárez" en Memoria, Ciudad de la Habana.

1997-2003- Equipo de Baloncesto Masculino (Occidentales) Participando en su Liga Superior (L.S.B)

CURSOS / TALLERES

- Manipulaciones Vertebrales.
- Kinesiología.
- Ejercicios tradicionales Chinos (Jien shi ba fa)
- Computación.
- Metodología de! Entrenamiento Deportivo.
- Curso Básico de Masaje.
- Taller de Rehabilitación Física.
- Estudio sobre las lesiones mas frecuentes en atletas de alto rendimiento de atletismo.
- Influencia del masaje en las principales lesiones en atletas de Levantamiento de Pesas de Pinar del Río.
- Influencia de los ejercicios de estiramiento como medio profiláctico en atletas de Béisbol juvenil de Pinar del Río.