

La segona edició del Talent Esportiu Osona comptarà amb 15 esportistes

Els joves provenen de diversos clubs esportius de Vic i Centelles



Participants de la primera edició, que rebia el nom de Talent Esportiu Vic | Josep M. Montaner

Un nou grup d'esportistes d'alt nivell dels clubs esportius de Vic i Centelles, així com estudiants de la Universitat de Vic - Universitat Central de Catalunya (UVic-UCC (<http://www.uvic.cat/>)), formen part de la segona edició del projecte Talent Esportiu Osona. Deu del total d'esportistes són d'entitats de la ciutat de Vic, cinc provenen del Club Gimnàstic Osona, dues del Club Tennis Vic, un del Club Patí Vic, una del Bàsquet Femení Osona i un del Club Natació Vic-ETB.

Centelles, que hi participa per primera vegada, hi aporta dos joves que provenen del Club Natació de Centelles. Per últim, dels 3 estudiants de la Universitat que participen en el programa, dos juguen al Club Patí Voltregà i un practica escalada al Club Excursionista Alpicat.

El projecte, que va néixer a la UVic-UCC i que compta amb el suport dels consistoris de Vic i Centelles, a través del Centre d'Estudis en Esport i Activitat Física (CEEAF), busca reforçar l'activitat dels clubs i entitats esportives vigatanes, i aquest any també de Centelles, per créixer en el futur arreu de la comarca. Els esportistes realitzen cada setmana dues sessions de 45 minuts, dirigides per professionals de la UVic-UCC, que els permeten millorar la condició física i prevenir lesions. Inicialment el projecte tenia el nom Talent Esportiu Vic.

Dins el projecte, al marge dels entrenaments, es realitzen processos de valoració funcional que permeten avaluar el progrés dels i les participants. En la primera edició del projecte, les dades van evidenciar un augment molt significatiu dels nivells de força i un nombre de lesions quasi nul

en els esportistes que havien format part del Projecte Talent Esportiu Vic. També, segons els resultats d'un treball final de grau de CAFE sobre els indicadors assolits per aquest programa, es conclou que els esportistes que han participat en el Talent Esportiu milloren la capacitat de suportar la fatiga neuromuscular més que els esportistes que no fan en les seves rutines de treball proposades similars a les que es fan en el programa.

Recupera el reportatge de la primera edició: Cuidant el talent esportiu de Vic (<https://www.naciodigital.cat/osona/noticia/59058/cuidant/talent/esportiu/vic>)