



## 1. DATOS PERSONALES

Foto <sup>1</sup> : 	Nombre: Silvia
	Apellidos: Sedano Campo
	Departamento: Educación física y deportiva
	Área de conocimiento: Fisiología del Ejercicio
	Email: ssedano@uemc.es
	Teléfono <sup>2</sup> :
	Dirección <sup>3</sup> :
Enlaces <sup>4</sup> :	

## 2. EXPERIENCIA DOCENTE

Periodos de docencia (PTU, Asociado, etc), quinquenios reconocidos, asignaturas impartidas de grado o máster...

### DOCENCIA EN GRADO

Profesora asociada en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Europea Miguel de Cervantes de Valladolid. Curso 2004-05.

Asignatura: Ejercicio y condición física.

Profesora colaboradora en la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de León. Cursos 2006-07, 07-08, 08-09.

Asignatura: Teoría y práctica del entrenamiento deportivo.

Profesora agregada Facultad de Ciencias de la Salud de la en la Universidad Europea Miguel de Cervantes. 2009 - Actualidad.

Asignaturas impartidas: Fisiología y Fisiología del Ejercicio.

### DOCENCIA EN MÁSTER

Profesora en el Máster Universitario en Innovación en Ciencias Biomédicas y de la Salud. Universidad de León.

Asignatura: Envejecimiento, actividad física y salud.

Profesora en el Máster Universitario en Entrenamiento y Rendimiento Deportivo. Universidad de León.

Asignaturas: Control de la carga de entrenamiento y Mujer y deporte de competición.

<sup>1</sup> Formato carnet preferiblemente, con fondo blanco.

<sup>2</sup> Para personal docente de la ULE, la extensión telefónica asignada.

<sup>3</sup> Del despacho o departamento.

<sup>4</sup> LinkedIn, ResearchGate, Google Scholar, página personal...



## 3. LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN

Pertenencia a grupos de investigación, participación en proyectos, sexenios reconocidos, publicaciones...

### LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN

- Evaluación de las respuestas y adaptaciones del entrenamiento de fuerza en deportes colectivos e individuales.
- Entrenamiento de fuerza explosiva en deportes individuales y colectivos.
- Evaluación de las respuestas y adaptaciones de programas preventivos en diferentes grupos poblacionales.

### PERTENENCIA A GRUPOS DE INVESTIGACIÓN:

- GIEN (Grupo de investigación en entrenamiento y nutrición). Universidad Europea Miguel de Cervantes.
- ENTRENA (Grupo de investigación en entrenamiento deportivo). Universidad de León.

### ALGUNAS PUBLICACIONES DESTACADAS

SEDANO, S; DE BENITO, A.M; VAEYENS, R; PHILIPPAERTS, R; REDONDO, J.C; CUADRADO, G. (2009). Effects of lower limb plyometric training on body composition, explosive strength and kicking speed in female soccer players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 23(6):1714-1722

SEDANO, S; VAEYENS, R; PHILIPPAERTS, R.M; REDONDO, J.C; CUADRADO, G. (2009). Anthropometric and anaerobic fitness profile of elite and non-elite female soccer players. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 49 (4): 387-94.

SEDANO, S; MATTHEU, A; REDONDO, J.C; CUADRADO, G. (2011). Effects of plyometric training on speed, explosive strength and kicking speed in young elite soccer players. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 51: 50-8.

ÁLVAREZ, M; SEDANO, S; CUADRADO, G; REDONDO, J.C. (2012) Effects of an 18-week strength-training program on elite golfers performance. *J Strength Cond Res*, 26(4):1110-21.

SEDANO, S; MARÍN, P.J; CUADRADO, G; REDONDO, J.C. (2013). Concurrent training in elite male runners: The influence of strength versus muscular endurance training on performance outcomes. *J Strength Cond Res*, 27(9):2433-43.

REDONDO, JC; TEMIÑO-ALONSO, CJ; SEDANO, S; DE BENITO, AM. (2014) Effects of a 12-week strength training program on experimented fencers' movement time. *Journal of Strength and Conditioning Research. J Strength Cond Res.*; 28 (12): 3375-84.

SEDANO S, VAEYENS R, REDONDO JC. The relative age effect in Spanish female soccer players. Influence of level and playing position. (2015) *Journal of Human Kinetics*, 46: 129-137.

FLORES, FJ, DE BENITO, AM, SEDANO, S and REDONDO, JC. Validity and reliability of 3-axis accelerometer for measuring weightlifting movements. *Int J Sport Sci Coach*, 11(6) 2016.

FLORES, FJ, SEDANO, S, REDONDO, JC. Optimal load and power spectrum during jerk and back jerk in competitive weightlifters. *J Strength Cond Res*, 31(3): 809-816. 2017.