

ROBERT USACH MINGUILLÓN, PhD

Doctor (PhD) en Actividad Física y el Deporte

Profesional del Entrenamiento Colegiado n.11137 (COPLEFC)

Preparador Físico & Entrenador Personal

Master Trainer Stroops & LifeFitness Academy

Docente Universitario, Autor e Investigador

Asesor y Evaluador de Competencias Profesionales ICQP-OAA-01008



Formación Académica

- Doctor en Actividad Física y el Deporte (UB) 2012
 - «Anàlisi de les capacitats contràctils mitjançant el mètode tensiomiogràfic – TMG»
- Diploma de Estudios Avanzados (DEA) en Máster de Investigación (Doctorado INEFC - UdL) 2006
 - *Metodología de la Investigación en Actividad Física y el Deporte*
 - «Correlación entre los parámetros mecánicos con el rendimiento del salto vertical»
- Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (INEFC-UdL) 2004
 - *Itinerario de Rendimiento; Maestría de Judo y Deportes de Combate*
- Ciclo Formativo de Conducción de AF en el Medio Natural (IFP Cal·lípols, Tarragona) 2000



Cursos y Certificaciones

- Autor y Master Trainer Sports&Health Conditioning (Orthos)
- Master Trainer LifeFitness (LF Academy)
- Master Trainer Variable Intensity Training for Life (Stroops)
- Certificación en Suspension Training TRX (TRX Spain)
- Certificación en Hipopresivos RSF I y II (Marcel Caufriez)
- Certificación en Clubbells (Milano)
- Certificación en TacFit (Roma)
- Certificación en CrossFit (Barcelona)
- Certificación Sports Functional Performance (CAR)
- Certificación en Kettlebells (Kettlebells Barcelona)
- Curso de PreHabilitate (Barcelona)
- Curso Intro - Biomecánica ERA (Resistance Institute)
- Formación Electro-Estimulación (Compex)
- Formación FMS & Y-Balance Test (Barcelona)
- Personal Training Foundation (Holmes Place)
- Formación Entrenamiento Personal (DiR)
- Formación Entrenamiento Holístico (Hotel Arts)
- Curso Coaching Directivo (Brainers)
- Formación Gestión del Entusiasmo (V. Küppers)
- Formación Gym Manager (Holmes Place)
- Formación Director Técnico (DiR)
- Formación Director de Departamento (DiR)
- Formación de Club Manager (DiR)
- RCP con DEA y 1os Auxilios (Brainers)
- Formador de Formadores (Orthos)
- Metodologías Docentes en el Aula (ESCS - UPF)
- Curso de Acreditación de Competencias Profesionales (ICQP)



Habilidades Destacadas

- Metodología del Entrenamiento
- Entrenamiento Personal
- Entrenamiento Grupal & Funcional
- Prescripción del Ejercicio para la Salud
- Artes Marciales
- Método Científico
- Docencia & Formación
- Comunicación & Liderazgo
- Gestión & Trabajo en Equipo
- Marketing y Ventas



Otros Títulos

- Instructor de Artes Marciales Históricas Europeas (Sala Duo Bellum – Associació Catalana d'esgrima Antiga)
- Instructor de Esgrima con Espada Ropera según la Verdadera Destreza (Asociación Española de Esgrima Antigua)
- Actor de Combate: Lucha y Esgrima Escénica (British Academy of Screen and Stage Combat)
- Instructor de Judo y Defensa Personal (RFJyDA)



- Profesional del Entrenamiento
- Preparador Físico & Entrenador Personal
- Master Trainer Stroops & LifeFitness Academy
- Docente Universitario, Autor e Investigador
- Asesor y Evaluador de Competencias Profesionales ICQP
- CEO Sala Duo Bellum
- Director Académico de ESHI

ENTRENAMIENTO

Preparador Físico Deportivo

- Oposiciones de Bombero, INEFC, Mossos d'Esquadra...
- Baloncesto
 - CB Sant Josep
 - Lluïsos de Gràcia
- Esgrima Histórica y HEMA

Técnico de Sala de Fitness

- Gimnàs Perfils
- The Gym at Hotel Arts
- Holmes Place – Europolis
- 7 Sports
- DiR

Entrenador Personal

- The Gym at Hotel Arts
- Holmes Place – Europolis
- 7 Sports
- DiR
- A domicilio (Freelance)
- Clínica Planas
- Tools Barcelona
- Sala Duo Bellum (ACEA)

Instructor de Esgrima Histórica y HEMA

- Sala Duo Bellum (ACEA)
- Eventos Internacionales

GESTIÓN

Secretario de Asociación

- Associació Catalana d'Esgrima Antiga (ACEA)

Director Técnico

- DiR Gràcia
- Equilibrium

Director de Centro

- DiR Up&Down
- Sala Duo Bellum

Director de Departamento

- Akdmia DiR
- Formación On-line en Orthos
- Coordinador de Grado de CAFyD en TCM-Mataró (UPF)
- Dirección Académica en ESHI (European Sports&Health Institute)

Asesor y Consultor

- Clubs e Instalaciones (DUET, VivaGym...)
- Empresas (AEFA - LesMills, TecnoSport...)
- Stroops

DOCENCIA / FORMACIÓN

Investigador en Laboratorios Universitarios

- INEFC Lleida
- INEFC Barcelona

Publicaciones Científicas

- 1 Artículo Científico de Impacto Internacional
- Decenas de Artículos y Ponencias en Congresos Nacionales e Internacionales

Divulgación

- Más de 50 Artículos de Divulgación en revistas del sector
- 3 Temporadas en Radio (Grup Flaix)
- 1 Temporada en TV (La Xarxa TV)

Docente Universitario (CAFyD, Medicina, Fisioterapia, Masters y PostGrados)

- UPC
- INEFC Lleida - UdL
- INEFC Barcelona – UB
- UAB
- UVic
- ESCS-TCM – UPF
- UiC
- IUSC

Formación

- Holmes Place Academy
- Akdmia DiR
- Orthos
- Stroops
- Life Fitness Academy
- ESHI

Evaluador de Competencias (Profesionales AF y Deporte)

- ICQP

+(34) 606 189 505

robert.usach@gmail.com

Twitter / Instagram: @RobertUsach

Facebook & LinkedIn: «Robert Usach Minguillon»

www.robertusach.com