

CONTACTO

☎ +34 615 194 449

@ iagorojasc@gmail.com

⌖ Granada, España

R ResearchGate: Iago Rojas Cepero

ESPECIALIZACIÓN

Fuerza y potencia

Velocity-Based Training

Asimetrías de fuerza

Relación fuerza-velocidad

Evaluación neuromuscular

Salto vertical (CMJ)

Control de la fatiga

Plataformas de fuerza

Biomecánica

Análisis de datos

Informes de rendimiento

Deporte femenino

TITULACIONES CLAVE

NSCA – CSCS
Certified Strength and Conditioning Specialist

Grado en CCAFD
Universidad de Granada · Nota media 9,19

2 másteres universitarios
Investigación en AF y Deporte · Profesorado (MAES)

Doctorando con contrato FPU
Universidad de Granada · Entrenamiento de fuerza

Entrenador de Baloncesto Nivel I
Federación Andaluza de Baloncesto

IDIOMAS

Español — Nativo

Inglés — C1 · profesional

Francés — Intermedio

Italiano — Intermedio

IAGO ROJAS-CEPERO

Preparador Físico **Strength & Conditioning Coach**

Soy un preparador físico que disfruta de verdad con su trabajo y que lleva años en el día a día de la pista y el gimnasio, con **más de 100 deportistas** entrenados. Mi perfil une dos mundos: el **científico**, con dos másteres y una tesis doctoral en entrenamiento neuromuscular, y el **práctico**, como preparador físico en España y Estados Unidos y como exjugador, lo que me permite entender al deportista desde dentro. Aporto rigor y decisiones basadas en la evidencia, capacidad de adaptación a entornos muy distintos y la motivación de quien quiere ver crecer a cada deportista con el que trabaja.

4
temporadas como preparador físico en Liga Femenina 2

CSCS
Strength & Conditioning Coach certificado por la NSCA

2 becas
de movilidad internacional: Miami (EE. UU.) y Praga

+100
deportistas entrenados en 5 deportes distintos

EXPERIENCIA PROFESIONAL

Preparador físico (S&C) y entrenador ayudante — 4 temporadas · actualidad
Granada más Baloncesto (GMASB) · Primer equipo femenino · **Liga Femenina 2**

- Programación y control del entrenamiento de fuerza y acondicionamiento de la plantilla.
- Evaluación y seguimiento neuromuscular con plataformas de fuerza Hawkin Dynamics.

Preparador físico y entrenador ayudante · Primer equipo — Ene – Abr 2024
Christopher Columbus High School · Miami, Florida (EE. UU.)

- **Preparador físico de Cameron Boozer** (Gatorade National Player of the Year).

Preparador físico personal · Entrenamiento individualizado — +100 deportistas
Jugadores de **baloncesto, tenis, fútbol, pádel y balonmano**

Entrenamiento de pacientes cardiacos y análisis de datos — Dic – Jul 2024
Grupo de investigación PROFITH (CTS-977), UGR · Proyecto HeartyBrain

Entrenador y preparador físico · Junior A y Alevín — 2021 – 2022
GMASB · Ambos equipos subcampeonas de la liga de Granada y clasificadas para el torneo regional

Coordinador y entrenador · Escuelas de Sierra Nevada — 2021 – 2022
GMASB · Gestión de entrenadores, material, jugadores e instalaciones

Entrenador · Selección masculina sub-10 de Granada — Mar 2022
Federación Andaluza de Baloncesto · Campeonato de Andalucía sub-10

Preparador físico y entrenador · Campus de verano — 2021 – 2024
Holdat Basketball, Barcelona (3 veranos) · Campus COVAP, Andalucía (2023)

FORMACIÓN ACADÉMICA

Doctorado · Entrenamiento de fuerza
UGR · Grupo Análisis del Movimiento Humano · Contrato FPU · 2025 – act.

Máster Universitario en Investigación en Actividad Física y Deporte
Universidad de Granada · 2025

Máster Universitario en Profesorado de ESO, Bachillerato y FP (MAES)
Universidad de Granada · 2025

Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Universidad de Granada · Nota media 9,19 · 8 Matrículas de Honor

Año de movilidad internacional con beca
Florida International University (FIU) · Miami, EE. UU. · 2023 – 2024

Año de movilidad internacional con beca
Charles University · Praga, República Checa · 2022 – 2023

CERTIFICACIONES

NSCA – CSCS
Certified Strength and Conditioning Specialist · National Strength and Conditioning Association

Entrenador de Baloncesto Nivel I
Federación Andaluza de Baloncesto · 2020

CURSOS ESPECIALIZADOS

Assessport Rendimiento y Salud
2024

- Evaluación en el deporte
- Demandas físicas del baloncesto
- Influencia del ciclo menstrual en el rendimiento de mujeres deportistas
- Creación de informes profesionales

Harvard Business School Online
Business for All (Self-management) · Becas Santander · 2023

Primeros auxilios y salvamento
CHEN Global & ENCESAP · 2021

- Primeros auxilios
- Desfibrilador externo automático (DEA)
- Socorrismo
- Socorrismo en entornos naturales

MATRÍCULAS DE HONOR

Anatomía funcional del aparato locomotor

Trabajo Fin de Grado

Fund. de la Educación Física y Deportiva

Juegos motores · Baloncesto · Balonmano · Atletismo · Gimnasia artística

HERRAMIENTAS

Hawkin Dynamics · Microsoft Office (intermedio)

IAGO ROJAS-CEPERO

Investigación · Premios · Proyectos

10 publicaciones científicas

7 comunicaciones en congresos

2 proyectos de investigación (europeo y nacional)

5 estancias formativas en universidades europeas

PUBLICACIONES DESTACADAS

Are asymmetry-focused training interventions more effective than general programs in reducing interlimb asymmetries and improving athletic performance? A systematic review
Sports Medicine – Open · 2026 · doi.org/10.1186/s40798-026-01119-5

Acute and chronic effects of dietary nitrate supplementation on resistance exercise performance in young men: a randomized, triple-blind, placebo-controlled crossover study
Applied Sciences · 2026 · doi.org/10.3390/app16199909

Limited applicability of MOXY-derived muscle oxygenation for monitoring upper-body strength training
Applied Sciences · 2026 · doi.org/10.3390/app16042033

Asymmetry in force production between unilateral and bilateral standing broad jumps in young senior amateur basketball players
Biomecánica · 2023 · doi.org/10.5821/sibb.30.1.12389

Las asimetrías en la altura de salto durante el CMJ unilateral no están relacionadas con las asimetrías de impulso durante el CMJ bilateral
SPORT TK – Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte · 2023 · doi.org/10.6018/sportk.568131

Más publicaciones en *Retos*, *SPORT TK*, actas de congreso y un capítulo de libro. Listado completo en ResearchGate.

PREMIOS Y RECONOCIMIENTOS

Premio
Accésit, 43.º Congreso de la Sociedad Ibérica de Biomecánica y Biomateriales (SIBB)
Investigadores noveles · Asimetrías de fuerza en saltos horizontales unilaterales y bilaterales · 2021

Organización
Comité organizador, I Congreso Internacional sobre Optimización del Entrenamiento de Fuerza y Rendimiento Neuromuscular
Facultad de Ciencias del Deporte, UGR · Coautor del libro de actas · 2022

PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

Europeo
Erasmus+ KA220-HED RESUPERES · Becario
Resiliencia en la Educación Superior · Coordinado por la UGR · 291.138 € · 2022 – 2025

Nacional
Proyecto I+D PID2019-110074GB-I00 · Colaborador
Asimetrías y composición corporal en edad escolar: aprendizaje deportivo y salud · 2020 – 2024

ESTANCIAS FORMATIVAS · ERASMUS+

Representante de la UGR en las actividades de formación del proyecto Erasmus+ RESUPERES (2023):

Univerzitet u Beogradu · Belgrado · Høgskulen på Vestlandet · Bergen · Univ. Suor Orsola Benincasa · Nápoles · Escola Sup. de Educação e Comunicação · Faro · Universidad de Granada · Granada

CONGRESOS

7 comunicaciones científicas y asistencia a congresos internacionales
SIBB (Oporto, 2021) · INNTED (Sevilla, 2021) · RESUPERES E+ Conference (Bergen, 2023) · Congreso Int. de Investigación y Didáctica de la EF (Granada, 2022-2024) · Scientia Movens (Charles University, Praga, 2023)