

CURRICULUM VITAE

A. DATOS PERSONALES

1. Nombre: Fabián Víquez Ulate.
2. Lugar y Fecha de nacimiento: San José, Costa Rica, el 13 de julio de 1979.
3. Nacionalidad: costarricense.
4. Número de cédula: 1-1041-419.
5. Domicilio: 100 oeste y 100 sur del Ibio Parque, Santa Rosa de Santo Domingo de Heredia.
6. Teléfono celular: 88910869 ó 22446479.
7. E-mail: favz13@gmail.com
8. Campo de especialización: Natación, Rendimiento Deportivo, Discapacidad y Ejercicio Físico, Planificación, Deportes, Entrenamiento Contrarresistencia

B. TITULOS, GRADOS ACADEMICOS Y OTROS ESTUDIOS.

1. Bachillerato: 2002, Universidad Nacional, Bachiller en la Enseñanza de la Educación Física, Deporte y Recreación.
2. Licenciatura: 2004, Universidad Nacional, Licenciatura en la Enseñanza de la Educación Física, Deporte y Recreación, con énfasis en Rendimiento. Tesis: "Determinación de factores relacionados con el abandono de la práctica deportiva en nadadores costarricenses".
3. Maestría: 2009, Universidad Nacional, Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Rendimiento. Tesis: "Efecto de un programa de entrenamiento de contrarresistencia en nadadores con Síndrome de Down en variables fisiológicas y de Rendimiento".

b.1. OTROS

1. 1996, Colegio Claretiano, Mercedes Norte de Heredia.
2. 1997, Liceo Santo Domingo, Curso Ambiente Windows.
3. 2007, Universidad Nacional, Escuela Ciencias del Deporte, Ministerio de Educación, Universidad de Auburn, Estados Unidos, "Seminario Internacional Ciencias aplicadas a la Educación Física, Rendimiento Deportivo, y Salud".
4. 2007, Universidad Nacional, Escuela Ciencias del Deporte, "Curso de Entrenamiento Básico de Contrarresistencia".
5. 2008, Universidad Nacional, Vicerrectoría académica y dirección de docencia, "Curso de Promoción de los aprendizajes en docencia Universitaria".

6. 2008, Universidad Nacional, Universidad Santa Paula, Olimpiadas Especiales Costa Rica, "Expositor en el Simposio Internacional Olimpiadas Especiales Costa Rica".
7. 2008, Universidad Nacional, "Exposición de cartel, Proyecto Escuela Deportiva para personas con Discapacidad Intelectual (EDDI).
8. 2008, Universidad de Costa Rica, "Deporte como herramienta de inclusión para personas con necesidades especiales".
9. 2008, Universidad Nacional, Universidad, "Impartir el taller de Futbol Americano"
10. 2009, Olimpiadas Especiales Costa Rica y El Comité Olímpico Nacional, "Curso Lineamientos Básicos en el Desarrollo de Entrenadores de Olimpiadas Especiales".
11. 2009, Universidad Nacional, Escuela Ciencias del Deporte, "Curso de Entrenamiento Contrarresistencia Intermedio".
12. 2009, Universidad Nacional, Escuela Ciencias del Deporte, "Taller de Técnicas de respiración y Manejo de la voz".
13. 2009, Universidad Nacional, Escuela Ciencias del Deporte, "Curso de Enfoque cuantitativo de la Investigación"
14. 2009, Universidad Nacional, Escuela Ciencias del Deporte, "Congreso Internacional de Rendimiento Deportivo"
15. 2010, Universidad Nacional, Comité Paralímpico Integral, Icoder, "I congreso paralimpico centroamericano y del caribe"
16. 2010, Olimpiadas Especiales Costa Rica y La Federación Costarricense de Natación, "Curso Capacitación para Entrenadores de Natación de Olimpiadas Especiales".
17. 2010, Universidad Santa Paula, Curso Primeros Auxilios y Salva Corazones (RCP) DEA.
18. 2010, Universidad de Costa Rica, Facultad de Medicina, Escuela de Tecnologías en Salud, "Expositor en las conferencias, Perspectivas de Rehabilitación y Discapacidad en Costa Rica".
19. 2011, Arena Trek "Estabilidad espinar"
20. 2011, Cross fit, "Entrenamiento funcional para surfistas"

C. CONOCIMIENTOS DE LENGUAS

1. 2000-2001, Universidad Nacional, Manejo instrumental del idioma inglés.

D. EXPERIENCIA PROFESIONAL

d.1. En educación superior.

1. Universidad Nacional, del 2009 hasta la actualidad, Coordinador. Centro de investigación y desarrollo del ejercicio físico en población con discapacidad intelectual –CIDEPODI.
2. Universidad Nacional, del 2006 hasta 2008, Coordinador. Escuela deportiva para personas con discapacidad física o mental - EDDI.
3. Universidad Nacional, de 2003 al 2005, Profesor. Programa Rendimiento Deportivo para poblaciones con Discapacidad, Escuela Ciencias del Deporte.
4. Universidad Nacional, 2006 profesor del curso Acondicionamiento Físico en el Bachillerato de Educación Física, Recreación y Deporte.
5. Universidad Nacional, 2006 profesor del curso Prescripción del Ejercicio para la Salud, en el Diplomado Instrucción y Promoción de la Salud en la Escuela Ciencias del Deporte.
6. Universidad Nacional, 2004 hasta la actualidad, profesor de la Cátedra de Natación en el Bachillerato de Educación Física, Recreación y Deporte. Cursos Natación II.
7. Universidad Nacional, 2004 al 2009, profesor de la Cátedra de Natación en el Bachillerato de Educación Física, Recreación y Deporte. Cursos Natación II.
8. Universidad Nacional, 2004 hasta la actualidad, profesor en el Bachillerato Promoción de la Salud en la Escuela Ciencias del Deporte. Curso Acondicionamiento Físico en el Agua.
9. Universidad Nacional, 2002-2003, Escuela Ciencias del Deporte, Cátedra de Natación, Asistente junto con el profesor Lic. Heriberto Céspedes Obando.
10. Universidad Nacional, de 2002 al 2003, asistente. Programa Rendimiento Deportivo para poblaciones con Discapacidad, Escuela Ciencias del Deporte,

d.2. En otros niveles de enseñanza.

1. Desde el 2003 al 2009, entrenador del equipo máster de Natación y coordinador del programa de natación en el Comité de Deportes de Alajuela – CODEA.
2. Desde el 2002 hasta la actualidad, laboro como entrenador de Olimpiadas Especiales.
3. Escuela de Natación Santo Domingo, 1997 al 2003, Instructor de Natación.
4. Colegio de Carlos Pascua Zúñiga, San Rafael de Heredia, 2002, Profesor de Educación Física
5. Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (ICODER), 2002, Instructor en el curso de Verano.
6. Academia de Promoción de la Salud, Santo Domingo, Heredia, 2002 al 2003, Instructor de Natación.
7. Colegio de la Aurora de Heredia, 2002, Profesor de Educación Física.
8. Fondo Beneficio Social de la Universidad Nacional, Heredia, 2005 al 2011, Instructor de natación.
9. Arena Treck gym, Escazu, 2010, Instructor y Entrenador Personal en el área de pesas y natación
10. Olimpiadas Especiales, Costa Rica, 2012, Coordinador del deporte de Natación.

d.3. Trabajo individual o en equipo que culmine en la organización de eventos de alto nivel científico o cultural, de cobertura nacional o internacional.

1. 2009, miembro Comité Organizador, del Congreso Internacional sobre rendimiento Deportivo, Escuela Ciencias del Deporte, Universidad Nacional.

d.4. Experiencia deportiva

1. **Deportista:** nadador juvenil activo de 1990 a 1998 y nadador máster activo del 2003 hasta la actualidad

JUEGOS NACIONALES

- 1993, Limón, tercer lugar en 400 mts. Libre
- 1994, Santa Cruz, primer lugar en 200 mts. Mariposa
- 1994, Santa Cruz, segundo lugar en 100 mts. Mariposa
- 1994, Santa Cruz, segundo lugar en 4x100 relevo combinado
- 1994, Santa Cruz, tercer lugar en 4x100 relevo libre
- 1996, Turrialba, primer lugar en 200 mts. Mariposa
- 1996, Turrialba, primer lugar en 4x100 relevo Libre
- 1996, Turrialba, segundo lugar 4x100 mts. Relevo combinado
- 1996, Turrialba, tercer lugar en 100 mts. Mariposa
- 1997, Desamparados, tercer lugar en 1500 mts. Libre

TORNEOS NACIONALES

- 1991, Torneo Nacional por equipos, tercer lugar en 100 mts. Libre
- 1992, Torneo B, segundo lugar en 200 mts. Libre
- 1993, Torneo Nacional por equipos, tercer lugar en 100 mts. Mariposa
- 1994, Torneo Nacional Individual, primer lugar en 100 mts. Mariposa (Tiempo B CAMEX)
- 1994, Torneo Nacional Individual, tercer lugar en 1500 mts. Libre (Tiempo A CAMEX)
- 1994, Torneo Nacional Individual, tercer lugar en 4x100 mts. Relevo combinado.
- 1995, Torneo Nacional Individual, primer lugar en 4x100 relevo combinado
- 1995, Torneo Nacional Individual, segundo lugar relevo libre
- 1995, Torneo Nacional Individual, segundo lugar 1500 mts libre
- 1995, Torneo Nacional Individual, segundo lugar 200 mts. Mariposa

TORNEOS INTERNACIONALES

- 1992, Panamá, Torneo Internacional Barracuda, primer lugar 4x50 mts. Relevo libre
- 1992, Panamá, Torneo Internacional Barracuda, primer lugar 4x100 mts. Relevo libre
- 1992, Panamá, Torneo Internacional Barracuda, primer lugar 4x50 mts. Relevo combinado
- 1992, Panamá, Torneo Internacional Barracuda, segundo lugar 50 mts. Mariposa
- 1993, Panamá, Torneo Internacional Delfin de Oro, tercer lugar en 100 mts. Mariposa

1994, Costa Rica, Internacional CAMEX, séptimo lugar en 100 mts.
Mariposa
1994, Cuba, Torneo Internacional Marcelo Salado.
1995, Costa Rica, Torneo Internacional Powerade, segundo lugar 4x100
mts. Relevo libre
1995, Costa Rica, Torneo Internacional Powerade, segundo lugar 4x100
mts. Relevo combinado
1995, Costa Rica, Torneo Internacional Powerade, tercer lugar 200 mts.
Mariposa
1996, Costa Rica, Torneo Internacional la Amistad, tercer lugar 100 mts.
Mariposa
1996, Costa Rica, Torneo Internacional la Amistad, tercer lugar 200 mts.
Mariposa

JUEGOS ESTUDIANTILES

9 medallas ganadas (4 de oro, 3 de plata y 2 de bronce).

JUEGOS UNIVERSITARIOS

2000, San Carlos, segundo lugar en 200 mts. Mariposa
2000, San Carlos, segundo lugar en 4x100 mts. Relevo combinado
2000, San Carlos, segundo lugar en 4x100 mts. Relevo libre
2000, San Carlos, tercer lugar en 100 mts. Mariposa
2000, San Carlos, tercer lugar en 50 mts. Mariposa
2000, San Carlos, tercer lugar en 4x50 mts. Relevo combinado

AGUAS ABIERTAS

2006, Punta Leona, noveno lugar en la general en los 1500 metros.
2007, Punta Leona, cuarto lugar en la general en los 1500 metros.
2008, Punta Leona, tercer lugar en la general en los 1500 metros.

WATERPOLO

Jugador desde 2009 al 2011.

2. Entrenador

1. Comité Cantonal de Alajuela, 2003 hasta la actualidad, entrenador jefe del equipo Máster de Natación de Alajuela.
2. Olimpiadas Especiales, 2003 hasta la actualidad, entrenador.
 1. 2006, El Salvador, 38 medallas a los atletas especiales, I latinoamericano de Olimpiadas Especiales. Entrenador.
 2. 2007, Shangai-China, 25 medallas olímpicas, Olimpiadas Especiales. Entrenador.
 3. 2008, San José, 89 medallas a los atletas especiales, I Centroamericano de Olimpiadas Especiales. Entrenador Jefe.
 4. 2011, Atenas, Grecia, 32 medallas olímpicas, Olimpiadas Especiales. Entrenador Jefe.
 5. 2012, Panamá, 13 medallas a los atletas especiales, II Centroamericano de Olimpiadas Especiales. Entrenador Jefe.

E. PRODUCCION INTELECTUAL

6. Tesis de maestría: “Efecto de un programa de entrenamiento de contrarresistencia en nadadores con Síndrome de Down en variables fisiológicas y de Rendimiento” en producción. Universidad Nacional.
7. 2006, El Salvador, 38 medallas a los atletas especiales, I latinoamericano de Olimpiadas Especiales. Entrenador.
8. 2007, Shangai-China, 25 medallas olímpicas, Olimpiadas Especiales. Entrenador.
9. Víquez, F. y Araya, G. (2007). Determinación de factores relacionados con el abandono de la práctica deportiva en nadadores costarricenses. *Revista MHSalud*: 4(2).

F. DISTINCIONES

1. 2002, Reconocimiento del Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación y Escuela Ciencias del Deporte, Universidad Nacional, Por participar como Instructor Curso de Verano Natación.
2. 2007, Reconocimiento de la Universidad Nacional con la medalla Universidad Nacional por haber asistido a las Olimpiadas Especiales Shangai China.
3. 2011, Reconocimiento de la Asamblea Legislativa por haber asistido a las Olimpiadas Especiales Atenas, Grecia.