



Joshua Colomar Axup

Generado desde: Editor CVN de FECYT

Fecha del documento: 03/02/2026

v 1.4.3

80b7a248350e55257d0dbb5c3e4895ad

Este fichero electrónico (PDF) contiene incrustada la tecnología CVN (CVN-XML). La tecnología CVN de este fichero permite exportar e importar los datos curriculares desde y hacia cualquier base de datos compatible. Listado de Bases de Datos adaptadas disponible en <http://cvn.fecyt.es/>



Indicadores generales de calidad de la producción científica

Información sobre el número de sexenios de investigación y la fecha del último concedido, número de tesis doctorales dirigidas en los últimos 10 años, citas totales, promedio de citas/año durante los últimos 5 años (sin incluir el año actual), publicaciones totales en primer cuartil (Q1), índice h. Incluye otros indicadores considerados de importancia.

La producció científica presenta una evolució constant i actualitzada, recollida al perfil públic de recerca en plataformes com **ResearchGate**, on s'evidencia l'impacte i la difusió internacional dels resultats.

Actualment, l'autor compta amb un volum de 277 **citacions** totals i un índex d'impacte acumulat visible a través del Research Interest Score de **315 i un h-index de 9**. La difusió de la recerca ha assolit un abast significatiu, superant les 8000 **lectures** (reads) per part de la comunitat científica internacional.

Aquesta producció inclou articles recents publicats en el període 2023-2025 que consoliden la línia de recerca en rendiment, prevenció de lesions i tecnologia en esports de raqueta. Destaquen treballs com "Neuromuscular Fitness Is Associated with Serve Speed in Young Female Tennis Players" (2024) o la revisió sobre la càrrega de competició "Minimizing Maladaptations Derived From Tennis Serve Training and Competition Loads" (2024). Aquestes aportacions mantenen la presència en revistes del primer i segon quartil (Q1/Q2) com Frontiers in Physiology, International Journal of Sports Physiology and Performance o Biology of Sport.

La visibilitat de la producció es veu reforçada per un alt grau d'interacció i descàrregues a la xarxa, fet que demostra la transferència i l'interès pràctic dels estudis realitzats per a entrenadors i preparadors físics a nivell global



Joshua Colomar Axup

Apellidos: **Colomar Axup**
Nombre: **Joshua**

Situación profesional actual

Entidad empleadora: FUNDACIO UNIVERSITARIA BALMES DE VIC

Categoría profesional: Professor Docent Investigador

Fecha de inicio: 01/09/2019

Modalidad de contrato: Contrato laboral indefinido

Funciones desempeñadas: Imparteix assignatures relacionades amb l'entrenament i rendiment esportiu, metodologies d'entrenament tècnic-tàctic i condicional en el tennis, a més de tutoritzar pràctiques i TFGs.

Resumen de la actividad profesional

Investigador i professor amb una sòlida formació en ciències de l'activitat física i de l'esport. Amb experiència tant en el món acadèmic com en l'àmbit de l'entrenament esportiu, ha desenvolupat activitats docents, de recerca i d'entrenament en diverses disciplines, amb una especialització en el rendiment esportiu, la prevenció de lesions i l'anàlisi del rendiment en el tennis. Ha participat en projectes d'investigació i col·laborat amb entitats públiques i privades per millorar metodologies d'entrenament i prevenir lesions, aportant innovacions en el camp de l'esport.



Formación académica recibida

Titulación universitaria

Estudios de 1º y 2º ciclo, y antiguos ciclos (Licenciados, Diplomados, Ingenieros Superiores, Ingenieros Técnicos, Arquitectos)

1 Titulación universitaria: Titulado Superior

Nombre del título: Máster en Rendiment i Tecnificacio d'Alt Nivell (RETAN)

Entidad de titulación: Instituto Nacional de Educación Física de Cataluña

Tipo de entidad: Instituto Universitario de Investigación

Fecha de titulación: 01/09/2015

2 Titulación universitaria: Titulado Superior

Nombre del título: Grau en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport

Entidad de titulación: Instituto Nacional de Educación Física de Cataluña

Tipo de entidad: Instituto Universitario de Investigación

Fecha de titulación: 01/07/2014

Doctorados

Programa de doctorado: Doctor en Programa Oficial de Posgrado en Deporte, Ciencias de la Actividad Física y Salud

Entidad de titulación: Instituto Nacional de Educación Física de Cataluña

Tipo de entidad: Instituto Universitario de Investigación

Fecha de titulación: 21/05/2022

Otra formación universitaria de posgrado

Titulación de posgrado: Posgrado en Farmacología y Nutrición Deportiva

Entidad de titulación: Universitat de Barcelona

Tipo de entidad: Universidad

Facultad, instituto, centro: il3

Fecha de titulación: 01/09/2015

Conocimiento de idiomas

Idioma	Comprensión auditiva	Comprensión de lectura	Interacción oral	Expresión oral	Expresión escrita
Catalán	C2	C2	C2	C2	C2
Español	C2	C2	C2	C2	C2
Inglés	C2	C2	C2	C2	C2



Actividad docente

Formación académica impartida

- 1 Nombre de la asignatura/curso:** Entrenament Esportiu I/3r
Titulación universitaria: Doble Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte - Diplomatura en Magisterio Educación Física
Fecha de inicio: 01/09/2022
Entidad de realización: FUNDACIO UNIVERSITARIA BALMES DE VIC
Facultad, instituto, centro: FETEP
- 2 Nombre de la asignatura/curso:** Entrenament Esportiu II/3r
Titulación universitaria: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Fecha de inicio: 01/09/2022
Entidad de realización: FUNDACIO UNIVERSITARIA BALMES DE VIC
Facultad, instituto, centro: FETEP
- 3 Nombre de la asignatura/curso:** Entrenament Esportiu I/3r
Titulación universitaria: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Fecha de inicio: 01/09/2019
Entidad de realización: FUNDACIO UNIVERSITARIA BALMES DE VIC
Facultad, instituto, centro: FETEP

Cursos y seminarios impartidos

- 1 Nombre del evento:** Curs Entrenador Nivell II
Entidad organizadora: Federació Catalana de Tennis
Horas impartidas: 5
Fecha de impartición: 01/02/2026
- 2 Nombre del evento:** Curs Entrenador Nivell II
Entidad organizadora: Federació Catalana de Tennis
Horas impartidas: 5
Fecha de impartición: 01/02/2025
- 3 Nombre del evento:** Curs Entrenador Nivell II
Entidad organizadora: Federació Catalana de Tennis
Horas impartidas: 5
Fecha de impartición: 01/02/2024
- 4 Nombre del evento:** Curs Entrenador Nivell II
Entidad organizadora: Federació Catalana de Tennis
Horas impartidas: 5
Fecha de impartición: 01/02/2023



- 5** **Nombre del evento:** Curs Entrenador Nivell II
Entidad organizadora: Federació Catalana de Tennis
Horas impartidas: 5
Fecha de impartición: 01/02/2022

Pluralidad, interdisciplinariedad y complejidad docente

L'activitat docent s'ha desenvolupat íntegrament a la Universitat de Vic - Universitat Central de Catalunya (UVic-UCC), iniciant-se el curs acadèmic 2019/2020. La docència abasta assignatures troncal i d'especialització en el **Grau en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport (CAFE)**, així com en el **Doble Grau en CAFE i Mestre d'Educació Primària**, fet que denota transversalitat en la formació de futurs professionals de l'esport i l'educació.

S'ha impartit docència de manera continuada en assignatures de 3r i 4t curs, específicament a **'Entrenament Esportiu I i II'** (6 ECTS cadascuna) i a la matèria d'especialització **'Metodologia de l'entrenament tècnic i condicional en el tennis'** (6 ECTS). La trajectòria reflecteix una complexitat creixent i una consolidació acadèmica, evolucionant des de la figura de Professor Associat (2019-2022) fins a l'actual categoria de Professor Doctor (des de set. 2022), assumint responsabilitats tant en crèdits teòrics com pràctics.

Experiencia científica y tecnológica

Actividad científica o tecnológica

Proyectos de I+D+i financiados en convocatorias competitivas de Administraciones o entidades públicas y privadas

Nombre del proyecto: SONAR
Entidad de realización: FUNDACIO UNIVERSITARIA BALMES DE VIC
Ciudad entidad realización: Vic, Cataluña, España
Nº de investigadores/as: 20
Fecha de inicio-fin: 01/05/2021 - 01/11/2024
Cuantía total: 400.000 €

Transferencia e intercambio de conocimiento

L'activitat de transferència de coneixement es caracteritza per l'aplicació directa de l'evidència científica tant a l'alt rendiment com a la salut en l'esport base. En l'àmbit internacional, destaca la participació en el projecte **SONAR** (Stop children and youth injuries with a particular focus on female athletes), finançat per la **Comissió Europea** (ref. #101000402), el qual transfereix coneixement a la societat mitjançant estratègies per a la prevenció de lesions en joves i dones esportistes.

A nivell nacional, aquesta tasca es complementa amb el contracte de transferència amb la **Federació Catalana de Voleibol** per a l'assessorament en condició física en esportistes d'alt nivell. Així mateix, la vocació de transferència s'ha mantingut mitjançant la vinculació professional amb entitats de referència, exercint com a Coordinador del departament de ciències de l'esport a **Tennis & Friends** i com a Coordinador Metodològic (Hoquei Herba) al **Futbol Club Barcelona**, implementant metodologies basades en la recerca pròpia.



Actividades científicas y tecnológicas

Producción científica

Publicaciones, documentos científicos y técnicos

- 1 Ernest Baiget; Jaime Fernández-Fernández; Martina Díaz; Joshua Colomar. Effects of postactivation performance enhancement from upper-body flywheel overload on tennis-serve performance. *International Journal of Sports Physiology and Performance*. 1 - aop, pp. 1 - 7. Human Kinetics, 2025.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 2 Patricia Caudet; Ernest Baiget; Abraham Batalla; Joshua Colomar; Miguel Crespo; Rafael Martínez-Gallego; Francisco Corbi. Is the FIFA 11+ Warm-Up Effective for Inducing Acute Knee Adaptations in Recreational Soccer Players?. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*. 10 - 2, pp. 216 - 216. 2025.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 3 Joshua Colomar; Javier Peña; Jordi Vicens-Bordas; Ernest Baiget. Range of Motion and Muscle Stiffness Differences in Junior Tennis Players with and without a History of Shoulder Pain. *International Journal of Sports Physical Therapy*. 20 - 1, pp. 71 - 71. 2025.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 4 Joshua Colomar; Javier Peña; Jordi Vicens-Bordas; Ernest Baiget. Minimizing maladaptations derived from tennis serve training and competition loads. *Strength & Conditioning Journal*. 46 - 5, pp. 511 - 519. LWW, 2024.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 5 Joshua Colomar; Francisco Corbi; Ernest Baiget. Relationship between isometric force-time curve variables and serve velocity in young tennis players. *Sports Biomechanics*. 23 - 12, pp. 3009 - 3021. Routledge, 2024.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 6 Joshua Colomar; Francisco Corbi; Ernest Baiget. 'Sex-related differences in physical determinants of young high-performance tennis players' serve velocity,'. *Apunts. Educació Física i Esports*. 2024 - 157, pp. 58 - 67. Institut d'Educació Física de Catalunya, 2024.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 7 Celia Negro; Ernest Baiget; Joshua Colomar; Juan Pedro Fuentes-García. Effects of 4 weeks of variability training on forehand approach precision and velocity in recreational tennis players. *Motor Control*. 27 - 4, pp. 705 - 716. Human Kinetics, 2023.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 8 Joshua Colomar; Francisco Corbi; Ernest Baiget. Improving tennis serve velocity: Review of training methods and recommendations. *Strength & Conditioning Journal*. 45 - 4, pp. 385 - 394. LWW, 2023.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 9 Ernest Baiget; Joshua Colomar; Francisco Corbi. Joint-specific postactivation potentiation enhances serve velocity in young tennis players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*. 37 - 4, pp. 840 - 847. LWW, 2023.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista



- 10** Joshua Colomar; Francisco Corbi; Quim Brich; Ernest Baiget. Determinant physical factors of tennis serve velocity: A brief review. *International Journal of Sports Physiology and Performance*. 17 - 8, pp. 1159 - 1169. Human Kinetics, 2022.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 11** Carolina Gutiérrez-Alvarez; Joshua Colomar; Ernest Baiget; Santos Villafaina; Juan Pedro Fuentes-García. Effects of 4 weeks of variability of practice training in padel double right wall: A randomized controlled trial. *Motor Control*. 26 - 2, pp. 278 - 290. Human Kinetics, 2022.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 12** Jose Canós; Francisco Corbi; Joshua Colomar; Rafel Cirer-Sastre; Ernest Baiget. Effects of isoinertial or machine-based strength training on performance in tennis players. *Biology of Sport*. 39 - 3, pp. 505 - 513. Termedia, 2022.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 13** Joshua Colomar; Francisco Corbi; Ernest Baiget. Force-time curve variable outcomes following a simulated tennis match in junior players. *Journal of Sports Science & Medicine*. 21 - 2, pp. 245 - 245. 2022.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 14** Joshua Colomar; Francisco Corbi; Ernest Baiget. Inter-limb muscle property differences in junior tennis players. *Journal of Human Kinetics*. 82, pp. 5 - 5. 2022.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 15** Jose Canós; Francisco Corbi; Joshua Colomar; Ernest Baiget. Performance outcomes following isoinertial or machine-based training interventions in female junior tennis players. *International Journal of Sports Physiology and Performance*. 18 - 2, pp. 123 - 134. Human Kinetics, 2022.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 16** Ernest Baiget; Joshua Colomar; Francisco Corbi. Six-week joint-specific isometric strength training improves serve velocity in young tennis players. *International Journal of Sports Physiology and Performance*. 18 - 2, pp. 148 - 156. Human Kinetics, 2022.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 17** Joshua Colomar; Francisco Corbi; Ernest Baiget. Alterations in mechanical muscle characteristics and postural control induced by tennis match-play in young players. *PeerJ*. 9, pp. e11445 - e11445. PeerJ Inc., 2021.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 18** Ernest Baiget; Joshua Colomar; Francisco Corbi. Upper-limb force-time characteristics determine serve velocity in competition tennis players. *International Journal of Sports Physiology and Performance*. 17 - 3, pp. 358 - 366. Human Kinetics, 2021.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 19** Joshua Colomar; Ernest Baiget; Francisco Corbi; Joshua Muñoz. Acute effects of in-step and wrist weights on change of direction speed, accuracy and stroke velocity in junior tennis players. *PLoS One*. 15 - 3, pp. e0230631 - e0230631. Public Library of Science San Francisco, CA USA, 2020.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista
- 20** Joshua Colomar; Ernest Baiget; Francisco Corbi. Influence of strength, power, and muscular stiffness on stroke velocity in junior tennis players. *Frontiers in Physiology*. 11, pp. 196 - 196. Frontiers Media SA, 2020.
Tipo de producción: Artículo científico **Tipo de soporte:** Revista