



Ecosistema Deportivo

coaching y rendimiento



Programa federativo de formación continua para entrenadores y deportistas

Madrid, Septiembre 2016



Ecosistema Deportivo
coaching y rendimiento

COACHING Y ENTRENAMIENTO MENTAL PARA ENTRENADORES

**PROGRAMA FEDERATIVO DE FORMACION CONTINUA
PARA ENTRENADORES Y DEPORTISTAS**



JOSE VICENTE CABAS ALONSO
"Chechu"
COACH DEPORTIVO

MASTER EN ALTO RENDIMIENTO DEPORTIVO
COMITÉ OLIMPICO ESPAÑOL Y U. AUTONOMA

EXPERTO EN COACHING DEPORTIVO
UNIVERSIDAD CAMILO JOSE CELA

MASTER EN NEUROCIENCIA
INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS PSICOLOGICOS-ISEP

ENTRENADOR NACIONAL DE JUDO
ENTRENADOR NACIONAL DE DEFENSA PERSONAL
CINTURON NEGRO, 6º DAN DE JUDO
PREPARADOR FISICO Y PERSONAL TRAINING

EXPERTO EN ENTRENAMIENTO FUNCIONAL Y TRX
CINCO VECES CAMPEON DE ESPAÑA DE JUDO
CAMPEON DE EUROPA MASTER



FERNANDO BLAYA VALLEJO
COACH EJECUTIVO

INGENIERO INFORMÁTICO
UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DE MADRID

MASTER EN COACHING PROFESIONAL FACULTAD DE
PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE
MADRID

PDG
IESE BUSINESS SCHOOL

GESCO
ESIC BUSINESS SCHOOL

MARKETING INTERNACIONAL
HARVARD BUSINESS SCHOOL.

CINTURON NEGRO, 3er DAN DE JUDO



“EL ÉXITO ES SABER QUE HACES EL MAYOR ESFUERZO QUE PUEDES”

- El programa de formación continua del profesorado surge como respuesta a las demandas de profesionales del deporte y de la actividad física.
- Es de dominio público el interés de los deportistas por todo lo relativo al entrenamiento mental, el coaching, la optimización y potenciación de sus capacidades así como el intento de elevar su rendimiento deportivo por encima del rival.
- Esta necesidad no es patrimonio del deportista de alto rendimiento, en el deporte de base los entrenadores buscan la manera de desarrollar el talento, gestionar las emociones de sus pupilos o cambiar las creencias que limitan a sus deportistas.
- El módulo de coaching y entrenamiento mental busca dar respuestas a preguntas como: ¿Qué es el coaching? ¿Y el coaching deportivo? ¿Para qué sirve? ¿Quién puede utilizarlo? ¿Quién lo necesita? ¿Es lo mismo coaching que entrenamiento mental? ¿Qué es la neurociencia? ¿Cómo puede ayudar a los deportistas? ¿Todos los deportistas pueden tener “éxito” o ser “campeones”? ¿Cuál es el papel del entrenador en este nuevo escenario?...
- Con una duración de 6 horas, que combinan teoría y práctica, pondremos al alcance de los entrenadores las herramientas más utilizadas en la actualidad, adaptándolas a su modalidad deportiva, con un lenguaje técnico pero sencillo, desde el porque hasta el para que de las cosas, con el aval de la ciencia y la experiencia que el deporte nos brinda.



Índice de materia

1. Coaching deportivo: qué, cómo, para qué.
2. Entrenamiento mental: Neurociencia y deporte.
3. ¿Cómo crear nuevos aprendizajes y optimizar el potencial del deportista?
4. Regulación emocional para el entrenador y el deportista.
5. Sistema de creencias Binomios entrenador-deportista; El entorno como catalizador de posibilidades. Epigenética.
6. Éxito y derrota: El rival eres tu.
7. Fluencia: Entrena para competir en la zona.
8. Toma de decisiones.:Motivación y auto motivación.
9. Características diferenciadoras del deportista campeón.
10. Apoyos y consejos saludables.
11. Prácticas y herramientas de trabajo en procesos de coaching: Visualizaciones, anclas, etiquetajes, mindfulness...



Ficha técnica

MODULO FORMATIVO	COACHING Y ENTRENAMIENTO MENTAL PARA ENTRENADORES
DURACION	6 HORAS
HOMOLOGACION	TITULO PROPIO FEDERATIVO
HORARIO	SABADOS MAÑANA, 10:30 – 13:30 SABADOS TARDE, 15:00 – 16:00
LUGAR	INSTALACIONES FEDERATIVAS O CENTRO DE FORMACION ECOSISTEMA DEPORTIVO
PRECIO	Desde 60 €/ALUMNO * Día elegido y horarios adaptados a la necesidad del cliente



Ecosistema Deportivo
coaching y rendimiento

MUCHAS GRACIAS !!



www.facebook.com/EcosistemaDeportivo



www.ecosistemadeportivo.com



610 567 100 y 609 10 13 72



www.linkedin.com/company/EcosistemaDeportivo



info@ecosistemadeportivo.com



MDS 360°
Paseo de la Habana 43,
28036 Madrid