



Mayo

29 mayo

**Fechas y horas**  
Martes  
De 9:00 a 18:30 h.  
**Total: 8 horas**

**Inscripción e información**  
[Área Formación Empresarial](#)  
Tel. 948 131 460

**Cuota de inscripción**  
**160€**  
Financiable por FUNDAE para trabajadores por cuenta ajena

## Alto Rendimiento Deportivo Desarrolla tu Gran Juego

### Objetivo general:

El coaching deportivo es un proceso de entrenamiento y un aprendizaje para que el deportista fomente sus habilidades y capacidades, traduciéndolas en éxitos deportivos. Para lograr los objetivos trabaja desde la motivación hasta la implicación y el compromiso con los propios objetivos.

Este curso tiene por objetivo general integrar las herramientas de coaching en la práctica deportiva de cada participante para lograr una mayor eficiencia en sus entrenamientos y que aumenten los resultados, a través de un plan de acción.

### Contenidos:

Se realizarán ejercicios y dinámicas para trabajar las siguientes áreas:

1. Visualizaciones: cómo hacerlas potentes y eficientes
2. Obstáculos reales e imaginarios
3. La fórmula del éxito
4. El Aliado interior
5. Multiplica tus hábitos eficientes
6. Encuentra tu W.I.F.I.
7. Define tu objetivo más alto
8. Encuentra tus "Red Flags".
9. De la Motivación a la Inspiración
10. Las 3 toxinas del deportista

### Metodología:

Sesiones 20% teóricas y 80% prácticas con realización e integración dinámicas de herramientas.



**Dirigido a:** deportistas que quieran dar el salto a un siguiente nivel.

**Ponente:** **Koro Cantabrana**

- ✓ Experta en Comunicación y Liderazgo.
- ✓ Formadora y Coach de Alto Rendimiento.
- ✓ Posee certificados de escuelas por todo el mundo, entre ellas: Coaching co-activo y Liderazgo co-activo (Coaches Training Institute), Coaching de equipos (ORSC: Centre for Right Relationships), Liderazgo y autoengaño (Arbinger Institute), Coaching Ejecutivo (Univ. Camilo José Cela), Coaching por Valores (Simon Dolan), Inner Game (Tim Galwey), etc.
- ✓ Certificada en distintas herramientas y diagnósticos como *The Leadership Cercle* (TLC) y *Team Diagnostic Assessment* (TCl), y socia fundadora de *Inner Game Applications Spain* (IGGAPS) para la transformación de la experiencia laboral y el alto rendimiento de todas las personas que conforman una empresa .