

"Existe siempre un juego interior que se juega en tu mente, sea cual sea el juego al que estés jugando. El nivel de control que tengas sobre el mismo puede hacer la diferencia entre el éxito y el fracaso"

El **coaching** es el arte que facilita el desarrollo del talento de las personas y equipos, para que puedan alcanzar los objetivos que se propongan y vivir una vida plena y satisfactoria. Hace posible un nuevo nivel de rendimiento y de satisfacción, requisitos indispensables para conseguir grandes retos.

El **coaching deportivo** permite el desarrollo integral de personas y de equipos para la optimización del rendimiento deportivo y la mejora de la calidad de vida. Identifica limitaciones y proporciona herramientas efectivas para desarrollar la motivación y afrontar con éxito la competición.

Esta formación busca el aprendizaje a través de la propia experiencia y descubrimiento personal, proporcionando un potente conjunto de herramientas de gran utilidad para el entrenador actual. Incluye una licencia de **Insights Discovery** por alumno, herramienta de gran valor para el autoconocimiento del estilo relacional, y dos **sesiones de coaching personal**. El alumno aprende también PNL y Coaching **Wingwave®** aplicados al deporte, además de técnicas de **visualización** y de **establecimiento de objetivos** de mejora.

Los formadores del curso (un equipo de expertos conocedores del mundo del deporte y de las técnicas más punteras en comunicación, coaching y liderazgo) guiarán a los alumnos a una experiencia personal transformadora que los capacita para ser excelentes coaches deportivos.

#### Formación dirigida a:

Entrenadores deportivos y personales, coaches, psicólogos y otros profesionales que quieran aprender **coaching y motivación** para **desarrollar su liderazgo** y poder acompañar de forma efectiva a deportistas y equipos.



Solicita Guía / Programa 2012 – 2013.



#### INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:

Verdi 94, baixos

08012 Barcelona

Tel. 93 237 28 15

Fax 93 217 87 80

[www.institutgestalt.com](http://www.institutgestalt.com)

[coaching@institutgestalt.com](mailto:coaching@institutgestalt.com)

Dirección Área Coaching: Vicens Olivé.

Dirección Área de Coaching Deportivo:

Montse Cascalló.

Secretaria académica: Alfonsa Guerrero.

**ig**  
institut gestalt



# el ENTRENADOR EMERGENTE

CURSO SUPERIOR EN COACHING  
Y LIDERAZGO APLICADO AL DEPORTE

DIRIGE: MONTSE CASCALLÓ

ENERO / JUNIO DE 2013

## Objetivos del curso:

- > Capacitar al alumno para liderar de forma efectiva y acompañar a deportistas y equipos a conseguir sus objetivos deportivos y personales. Animarlos a buscar la excelencia, a aprender de la experiencia y a mantenerse en su mejora continua.
- > Desarrollar nuevas competencias, habilidades y un proyecto personal propio, creciendo al unísono, como líder-coach, grupo y formadores.
- > Aprender a utilizar de forma competente las herramientas comunicativas propias del coaching deportivo, incluyendo la escucha activa, las preguntas potentes, la forma de dar feedback y la visualización, para desarrollar el potencial de deportistas y equipos gestionando su progreso y responsabilidad.

## Programa de contenidos:

### 1. Introducción al Coaching Deportivo / 4 h.

#### PARTE I: DESARROLLO DEL LÍDER COACH

2. Autoconocimiento y conciencia de uno mismo / 16 h.
3. Coaching para desarrollar el talento / 20 h.
4. Motivación, liderazgo y dirección de equipos / 20 h.

#### PARTE II: HERRAMIENTAS PARA UN LIDERAZGO EFICAZ

5. PNL y Coaching Wingwave® aplicados al deporte / 16 h.
6. Visualización y objetivos de la Psicología del deporte / 8 h.
7. Experiencias y proyectos como líder-coach / 8 h.

## Coaching Personal incluido:

Estas sesiones se acordarán y realizarán de forma individual fuera del horario del curso.

## Horario:

Martes, de 18 a 22 horas.

## Formato:

Formación de **150 horas**, que incluye 92 horas presenciales, prácticas de coaching entre clases, desarrollo de un proyecto personal y sesiones de coaching individual de apoyo.

## Certificación:

Los alumnos que asimilen las enseñanzas y realicen las prácticas del curso, obtendrán el diploma "COACHING Y LIDERAZGO APLICADO AL DEPORTE" avalado por el Institut Gestalt de Barcelona, con las horas de formación realizadas.

## Fechas:

Módulo 1	(8/1)
Módulo 2	(15/1, 22/1, 29/1 y 5/2)
Módulo 3	(12/2, 19/2, 26/2, 5/3 y 12/3)
Módulo 4	(19/3, S.Santa, 2/4, 9/4, 16/4 y 23/4)
Módulo 5	(30/4, 7/5, 14/5 y 21/5)
Módulo 6	(28/5 y 4/6)
Módulo 7	(11/6 y 18/6)

## Requisitos de acceso al curso:

Nivel mínimo: Experiencia en el mundo deportivo, no requiere formación previa.

Nivel recomendado: Experiencia como entrenador deportivo.

## Material didáctico:

Se entregará un dossier especialmente confeccionado para el seguimiento del curso.

## Precio:

1.500 €. Precio reducido de 1.275 € y pago fraccionado para alumnos de entidades concertadas o pronto pago (consultar en la secretaria del Institut Gestalt).

## Conferencia informativa del curso:

"Coaching y liderazgo para el deporte".

Martes, 11 de diciembre de 2012, a las 20 h en el IG.

## Testimonios de alumnos:

*El curso te aporta nuevas herramientas y te enfoca en tus propios recursos para asumir con mayor competencia tu tarea de entrenador. Miqui Moreno, entrenador de tenis.*

*He encontrado especialmente interesantes y útiles las dinámicas de equipo, y también la dedicación y trato personalizado a los alumnos. Jaume Bartres, preparador físico del primer equipo en RCD Español.*

*Este curso me ha ayudado a sacar todas las capacidades que tengo y a saber cuál es mi camino, tanto a nivel profesional como deportivo. Me ha permitido ver mis posibilidades y ahora tengo claro lo que he de hacer para conseguir mis objetivos. Bernat Elías, entrenador baloncesto y profesor.*

*Me encantó, este curso ha sido un gran descubrimiento, especialmente el grupo que se ha creado. He disfrutado de los conocimientos y la capacidad de transmitir y motivar de unos profesores excelentes. Marta González, entrenadora de gimnasia rítmica nacional.*

## Facilitan:



### MARIBEL MARTÍNEZ DE MURGUÍA EMBARBA

- Coach profesional. Máster en Psicología y Deporte.
- Socia y Gerente de Makeateam.
- Acreditada en Insight'sDiscovery.
- Entrenadora Nacional y Ex-jugadora Hockey hierba.
- Campeona Olímpica Barcelona'92. Inter. 119 veces.



### XESCO ESPAR

- Profesor en INEFC. Licenciado Ciencias Ed. Física.
- Máster en Psico-Pedagogía del aprendizaje (UAB).
- Exjugador y entrenador balonmano FC Barcelona.
- Campeón de Europa, Liga Asobal y SuperCopa.
- Autor del libro "Jugar con el corazón. La excelencia no es suficiente".



### CRISTINA MASSONS

- Licenciada en Psicología (UB).
- Máster Psicología aplicada al rendimiento deportivo.
- Coach Transformacional y coach Wingwave®.
- Máster en Hipnosis Ericksoniana con PNL.
- Ex patinadora sobre hielo intern. entrenadora y juez.



### AINA OLIVÉ

- Master Practitioner y Didacta en PNL.
- Miembro Titular de la AEPNL.
- Wingwave Coach. Formadora en PNL y Wingwave®.
- Terapeuta Gestalt.
- Master en Coaching con PNL.



### MONTSE CASCALLÓ / Directora del curso

- Coach Deportivo y Ejecutivo certificada por ICF.
- Máster Psicología del Deporte. PNL Practitioner.
- Formadora en Coaching y liderazgo.
- Ex-jugadora y entrenadora de baloncesto.
- Promotora de MCOACH.

Profesores ayudantes: **Álex Monclús** (Wingwave) y **Josep Espar** (PNL).