

**JORNADA DE INTRODUCCIÓN AL COACHING PARA TÉCNICOS Y JUGADOR@S DE PÁDEL**

Como actividad complementaria al campeonato y abierto a todo el mundo, hemos organizado una jornada oficial de la FAP, orientada tanto a jugadores de todos los niveles, como a monitores y entrenadores.

La jornada se desarrollará durante la mañana y parte de la tarde del sábado 6 de abril y consistirá en un monográfico de Introducción al Coaching. El Coaching es un proceso, una metodología, de desarrollo del jugador que permite la optimización de su rendimiento deportivo a través del autoconocimiento, permitiendo el desarrollo de todo el potencial de cada uno. Es una de las metodologías más eficaces y todos los jugadores profesionales, equipos y clubes de primer nivel lo incorporan en sus equipos. También la mayoría de grandes empresas lo usan con sus directivos, mandos intermedios y empleados.

La jornada será dirigida por D. Alejandro Andújar Bors, Coach Ejecutivo Certificado ACC por la International Coach Federation (ICF), Coach de Equipos, coach colaborador de la FAP y que, entre otros, ha trabajado o trabaja con jugadores de la talla de:

Alberto Franco  
 Carlos González  
 Fran Ramírez  
 Carolina Gago  
 Paula Eyheraguibel  
 Victoria Iglesias  
 Cristina Gago  
 Escuela de Alto Rendimiento de La Red 21 (Sevilla)

Descripción	Duración	Hora Inicio	Hora Fin
<b>Introducción al coaching / coaching deportivo</b>	1:00	10:30	11:30
<b>Juicios y creencias</b>	1:30	11:30	13:00
<b>Emoción / Estado de ánimo</b>	1:00	13:00	14:00
<b>Almuerzo</b>	1:30	14:00	15:30
<b>Víctima / Responsable</b>	1:00	15:30	16:30
<b>Taller: Figura regular</b>	1:00	16:30	17:30
<b>Aplicaciones del coaching</b>	1:00	17:30	18:30

**1. Introducción al coaching / Coaching deportivo.**

- a. Conocer la disciplina del coaching y descubrir los beneficios que aporta al Pádel.

**2. Juicios y Creencias.**

- a. Ejercicios prácticos.
- b. Aplicaciones en el pádel.

**3. Emoción / Estado de ánimo**

- a. ¿Cómo afectan las emociones en nuestras decisiones?
- b. Aplicaciones en el pádel.

**4. Víctima / Responsable:**

- a. ¿Estamos actuando de manera RESPONSABLE, como técnico o jugad@r, ante las distintas situaciones que nos encontramos?
- b. Aplicaciones en el pádel.

**5. Taller: Figura regular.**

- a. Ejercicio práctico en equipo con la finalidad de reflexionar su relación con el mundo del pádel, como jugad@r o técnico.

**6. Aplicaciones del coaching.**

- a. Análisis y reflexión de cómo aplicar el Coaching como jugad@r y/o técnico.