

MAGAZINE

NÚMERO 7 JUNIO 2023

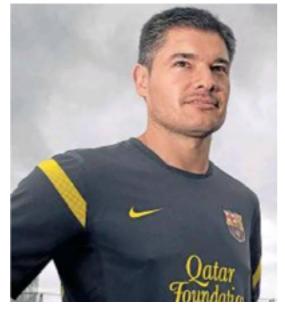


Sport SUMARIO











NUEVOS CURSOS 2023-2024:

TÉCNICO DEPORTIVO EN **FÚTBOL GRADO MEDIO Y GRADO SUPERIOR**



ENTREVISTA:

JOSÉ SAMBADE. PREPARADOR **DE PORTEROS CON AMPLIA EXPERIENCIA PROFESIONAL**



SALUD:

LA LESIÓN DEL CRUZADO UNA **LESIÓN COMÚN EN DEPORTISTAS**



ENTREVISTA:

CARLOS HUGO. DIRECTOR DE FÚTBOL DEL REAL CLUB CELTA DE VIGO









FORMACIÓN:

ACADEMIA LOGOS FORMANDO A LAS PERSONAS DESDE HACE MÁS DE 40 AÑOS



PROGRAMA FORMATIVO 2023

LA OPINIÓN DE RADIO MARCA: **FÚTBOL DE AHORA, FANÁTICOS DE ANTES**

HINCHABLES LAND:

PARA UN VERANO DE MUCHO EVENTO Y DIVERSIÓN

28

PSICOLOGÍA:

LA IMPORTANCIA **DE LA MOTIVACIÓN EN LOS FUTBOLISTAS**

......

CLINIC DE TECNIFICACIÓN Y ALTO RENDIMIENTO **VERANO 2023**



FOTOS DE RECURSO: PIXABAY / FREEPIK



SOBRE NOSOTROS

Nuestro principal objetivo es sacar el mayor rendimiento a todos los deportistas y profesionales en el ámbito deportivo y empresarial asi como obtener el máximo potencial en el área emocional y de liderazgo a través del coaching.

sport Coach Norte esta formado por personal con un amplio bagaje en el ámbito deportivo y profesional, desde deportistas profesionales hasta gestores de empresas, pasando por Doctores y Graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Licenciados en Fisioterapia, Médicos, Técnicos Deportivos Superiores en Fútbol, Licenciados en Psicología o Licenciados en Administración y Dirección de Empresas.

Tel: 605 047 023



Roberto Carlos Fernández Pérez Director e-mail: info@sportcoachnorte.es

PIENSA EN GRANDE Y CRECERÁS

Entramos en el último tramo de curso académico para todos nuestros alumn@s, y es momento de hacer balance de nuestra actuación docente, es tiempo de evaluar y dar un paso adelante, con la intención de ofrecer una formación de calidad e innovadora a la altura de la demanda profesional que en la actualidad nuestro campo de conocimiento requiere. Desde SCN nuestra máxima siempre ha sido que quién no avanza retrocede, por lo que estamos focalizados en mejorar nuestro servicio y la calidad de nuestras enseñanzas.

En esta misma línea de mejora, estamos trabajando en nuestros Centros de Tecnificación y Alto Rendimiento con la adquisición de nuevas tecnologías que nos ayuden a identificar perfiles profesionales en todos nuestros futbolistas. De igual modo, hemos perfeccionado nuestro servicio de asesoramiento y metodología para clubes con la creación del software SCN Manager Control que facilitará la implementación de una manera única y específica de trabajo para cada club.

Ya están en la calle nuestros Clinics de Tecnificación para este verano, que nos llevarán a Santovenia, Valencia de don Juan y Ponferrada, dónde cientos de futuras promesas podrán trabajar con una metodología única y un concepto de ocio diferencial, con la novedad, debido a nuestro acuerdo con Fútbol Emotion, de nuestros Clinics específicos para Porteros en las tres localidades. Nuestro Summer Camp completará la oferta veraniega de actividades deportivas con la llegada de grupos desde China, Guinea y Estados Unidos.

En el ámbito del ocio y la recreación estamos encanados de presentaros un proyecto diferencial y en auge como es SCN Hinchables Land, que llevará un concepto de ocio activo innovador a través de fiestas temáticas, hinchables terrestres, acuáticos, deportivos entre otros servicios que podrás encontrar en nuestra web.

sportcoachnorte.es

El próximo curso académico 23-24 será la consolidación de nuestra SCN Academy con la llegada de grupos internacionales, así como nuestro primer curso en el C.P.A. Bierzo Natura de Toreno, dónde arrancaremos con el TD en Actividades en el Medio Natural, así como nuestros TD en Baloncesto en Villaquilambre y más modalidades deportivas que presentaremos más adelante.

Con los pies en el suelo, pero con la ambición que siempre nos ha caracterizado, afrontaremos los próximos retos que se nos vienen, con nuestra primera actividad fuera de España y ese viaje a China, dónde trabajaremos con jóvenes futbolistas del país asiático y formaremos a futuros entrenadores, con el orgullo de llevar la bandera de España y de León como la sentimos.









TÉCNICO DEPORTIVO EN FÚTBOL GRADO MEDIO Y GRADO SUPERIOR NIVELES 1, 2 Y 3

Abierto el plazo de inscripción para el curso 2023-2024

Nuestros centros de enseñanzas deportivas se imparten las titulaciones de técnico deportivo de grado medio y de grado superior en fútbol, válidas para todo el territorio nacional y homologables a nivel internacional. El objetivo de estos cursos es la iniciación, el perfeccionamiento y la profesionalización del entrenador de fútbol a través de los distintos niveles en los que se estructuran las enseñanzas.

Grado Medio: Nivel 1 + Nivel 2. Grado Superior: Nivel 3.

Nuestros centros formativos son los siguientes:

- SCN La Virgen del Camino (León)
- SCN Olímpico de León (León)
- SCN El Brazal Camponaraya (Ponferrada)

REQUISITOS: PARA GRADO MEDIO:

- 1. Estar en posesión del título de graduado en Educación secundaria o equivalente a efectos académicos.
- 2. Superar las pruebas de acceso físico técnicas
- 3. Entregar en tiempo y forma la documentación requerida.

PARA GRADO MEDIO:

- 1. Superar el grado medio
- 2. Estar en posesión del título de bachiller o superior
- 3. Haber cumplido 183 días como primer entrenador



TÉCNICO DEPORTIVO EN FÚTBOL GRADO MEDIO Y GRADO SUPERIOR NIVELES 1, 2 Y 3

ABIERTO EL PLAZO DE INSCRIPCIÓN PARA EL CURSO 2023-2024

NUESTROS CENTROS FORMATIVOS

SCN LA VIRGEN DEL CAMINO - LEÓN SCN EL BRAZAL CAMPONARAYA - PONFERRADA SCN OLIMPICO DE LEÓN - LEÓN

PARA GRADO MEDIO

- 1. Estar en posesión del título de graduado en Educación secundaria o equivalente a efectos académicos
 - 2. Superar las pruebas de acceso físico técnicas3. Entregar en tiempo y forma la documentación requerida

PARA GRADO MEDIO

- 1. Estar en posesión del título de graduado en Educación secundaria o equivalente a efectos académicos
 - 2. Superar las pruebas de acceso físico técnicas
 - 3. Entregar en tiempo y forma la documentación requerida

Tarifa N1 y N2 1000 € Y Tarifa N3 1300 € (Varias opciones para realizar el pago)

CONTACTA CON NOSOTROS

TELÉFONO: +34 605 047 023 info@sportcoachnorte.com

ACCEDE AL FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN



6



JOSÉ SAMBADE

"La labor de SCN en la promoción de la formación es excelente. Es el mejor modo de mejorar, tanto individualmente como de forma colectiva en este caso a través del deporte."

deportiva?

Comencé a ponerme de portero en el colegio, un poco de casualidad pero posteriormente empezó a gustarme. Mi padre me entrenaba y me chufútbol español era Arconada, en aquellos años de las ligas de la Real se convirtió en un ídolo para

¿Cómo comenzó y cuál ha sido tu trayectoria los chicos de la época. Cómo futbolista jugué en división de honor en la época de futbolista. Posteriormente en tercera división en varios equipos de La Coruña. Como entrenador comencé muy joven, a los dieciocho años era entrenador de un paba. Por aquella época el portero de moda del equipo de chavales y a los veinticinco dejé el fútbol y comencé a especializarme como entrenador de porteros.

¿Cómo surgió la idea de formarse para ser preparador de porteros?

no fui buen estudiante, pero tenía muy claro que quería estudiar Inef y dedicarme a temas deportivos. Cuando inicié la carrera todo cambió me convertí en un alumno brillante. Hoy en día sigo acudiendo a congresos, ya no solo ponente si no como alumno para seguir formándome. He tenido la suerte de ser durante nueve años director de porteros de la Federación, he tenido la oportunidad de trabajar con los mejores porteros y preparadores de porteros del mundo. Cómo digo a día de hoy sigo formándome y actualizando conocimientos, tanto específicos a nivel táctico como otros, por ejemplo sobre la psicología del portero.

¿Qué aspecto cree que es más importante en la formación de un portero?

Creo que el aspecto más importante en la carrera de un portero es el aspecto psicológico. Además

de la preparación física y los fundamentos técnico-tácticos. Pero el psicólogo es esencial, el por-En la EGB y el bachillerato podemos decir que tero debe de sobreponerse a momentos malos, Buenos. Entender e interesarse por la realización de determinados ejercicio etcétera. El entrenador de porteros debe tener la capacidad de saber llegar de forma correcta al portero. En el fútbol profesional debes saber cómo trasmitir y llegar al portero y no puedes hacerlo igual con todos los porteros que componen una plantilla. Cada uno de ellos tiene un rol diferente y debes saber trasmitir de forma diferente.

¿Qué condiciones debe cumplir un portero de

Creo que para ser un portero de futuro la primera condición que debemos mirar es la capacidad de aprendizaje que tenga ese portero, cómo hemos comentado anteriormente el aspecto psicológico es muy importante. El portero que destaca es aquel portero que es capaz de utilizar todas las

De Ponferrada sobre todo destacaria la amabilidad de su gente



Padre Ampudia, nº2 - local 2 · 24008 León

Tel.: 987 20 90 43 Móvil: 671 753 523





condiciones y dar lo mejor de sí mismo en la competición. La inteligencia en un portero es muy imlos partidos en competición.

No le gustan las rotaciones en la portería, ¿A qué es debido?

No me gustan las rotaciones en el fútbol profesional, donde debe prevalecer el rendimiento puro y duro y donde el portero titular debe ser uno, dos partidos otro en mi opinión estás trastocando el aspecto psicológico del portero. Qué no sea partidario de la rotación no quiere decir que el puesto no pueda estar abierto. El primer portero debe trabajar para mantenerse en el puesto, el segundo portero para ponérselo difícil al primero y el tercero para llegar a ser segundo.

¿Cómo se encara el trabajo con un portero que ocupa el rol de suplente en un equipo?

portante tanto en los entrenamientos como en La situación del trabajo con el segundo portero y ser segundo portero es complicado, sobre todo en competición. El tercer portero suele ser el del filial que compite los fines de semana. Por ello el entrenador de porteros debe entrenar con el segundo portero de forma diferente al titular. El trabajo del día a día debe ser dinámico y hay que tratar que el dueño de la portería. Si alternas dos partidos se sienta estable psicológicamente y convencerle que entrena día a día para llegar a ser titular en un futuro no muy lejano. En ocasiones se viven situaciones complicadas porque el suplente ve que no le alcanza para llegar. Esta demostrado que un guardameta que es suplente y trabaja bien, en el futuro es un buen primer portero.

¿Cómo evade un portero de élite la presión Actualmente en la la liga española hemos sufrido mediática con la que debe vivir?

el principio. Un portero debe saber vivir con esa exigencia extrema. Por eso comentábamos que el portero del futuro es aquel que es capaz de sacar sus mejores virtudes en momentos extremos de una gran exigencia y responsabilidad.

Tradicionalmente el nivel de los porteros españoles es muy alto, ¿en qué consiste este éxito?

El nivel de los porteros es proporcional al nivel de la Liga en la que juegan. A lo largo de mi carrera me he encontrado con grandes porteros en sus respectivas ligas. En ocasiones un gran portero ficha por otra liga diferente a la de su origen y fracasa, esto es debido a que el nivel o la exigencia de esa liga es diferente. Hay que determinar diferentes factores que determinan el rendimiento los porteros españoles es muy alto, esto es debido a que el nivel de la liga también es muy alto. son a corto plazo.

un retroceso cuanto al nivel de los porteros es-Un portero debe saber vivir con la presión desde pañoles en mi opinión. En España hay grandes porteros pero se encuentran jugando en otras grandes ligas como la inglesa. En la actualidad las porterías de los equipos grandes en la liga española está ocupada por porteros extranjeros. Esto hace bajar el nivel del portero español. Quizá no porque no lo tengan, si no porque los porteros extranjeros de la liga española son muy buenos.

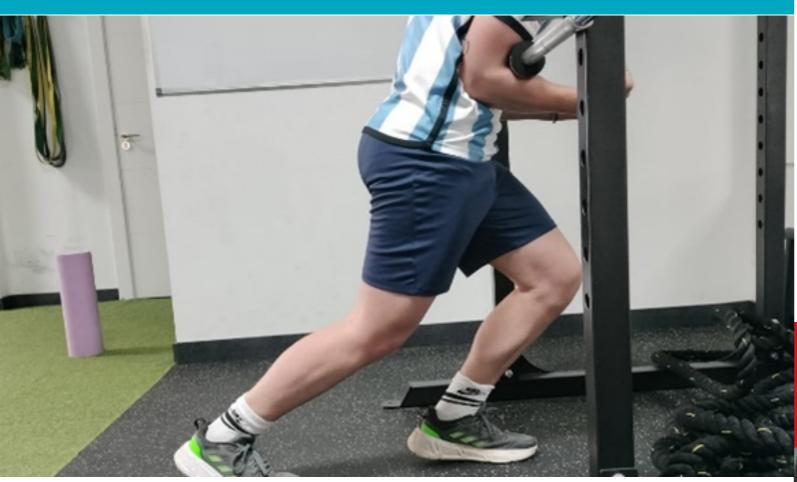
¿Existen muchas diferencias entre trabajar en un club y en una selección?

Muchas, porque en un club al portero lo fichas tu para un modelo de portero concreto que es el tuyo y el objetivo es a largo plazo con lo cual te permite trabajar a diario con ese portero. En cambio en la selección eliges a los mejores porteros pero ya vienen con su modelo de club y no te permite cambiarlo ya que hacerlo supone un pode los porteros para diferentes ligas. El nivel de sible conflicto con su club de origen y confundir al propio portero. Además los objetivos a cumplir



CALLE CERVANTES 6 VALVERDE DE LA VIRGEN 987302044

LESIÓN DE CRUZADO: UNA LESIÓN COMÚN EN LOS DEPORTISTAS



Una vez que el traumatólogo ha dado el visto bueno en comenzar el trabajo de impacto comenzamos a preparar el trabajo de pliometría. Debemos explicar que la pliometría se puede definir como aquel trabajo en el que predomina el ciclo estiramiento-acortamiento de la musculatura, es decir antes de contraerse de forma concéntrica, la musculatura se ha estirado para poder ofrecer una mayor velocidad de contracción.

Antes de comenzar con cualquier trabajo de impacto, debemos consolidar un buen trabajo estructural que nos permita avanzar de forma segura en este trabajo. Para ello es importante la estructura del tendón de Aquiles ya que, a nuestra manera de ver el movimiento, es la primera gran estructura que entran en juego para enfrentarse a las fuerzas de reacción contra el suelo.

Para ello proponemos una gran cantidad de trabajos en los que, con la rodilla por delante de la puntera, el talón está elevado, ya sea aplicando o resistiendo fuerzas.

Una vez hemos asentado unas bases de fuerza en estas posiciones comenzamos a incluir pequeños ejercicios de impacto con los llamados pre-plyos. En estos ejercicios buscamos que, en el golpeo contra el suelo, el pie golpee contra el mismo aplicando fuerza mediante la flexión plantar, tras una previa flexión dorsal.

A continuación, comenzamos a añadir tareas en las que el principal objetivo es decelerar, lo que va a implicar la absorción de fuerzas de manera activa. Es importante haber trabajado antes desde la fuerza

la misma absorción de fuerzas y para ello hemos utilizado diferentes estrategias:

- Ejercicios analíticos en los que trabajemos la fuer-
- ntrica como el Reverse Nordic
- Ejercicios con tendencia a trabajo excéntrico como
- Ejercicios globales como sentadillas con predominancia excéntrica con tiempos largos de bajada

Tras cumplir estos objetivos, buscamos darle capacidad y resistencia a estos tejidos con trabajos extensivos como son los pogos, secuencias de ataque al suelo con ambas piernas, trabajando con ambas piernas y de forma unipodal y en todos los planos de trabajo (sagital, frontal y transversal). Esto nos va a permitir llegar a nuestro objetivo principal como es la vuelta a la carrera de una mejor forma, ya que vamos a ir superando requisitos Jorge García Álvarez, Número de Colegiado de indispensables para soportar las futuras cargas de trabajo.

Durante todo este proceso de trabajo pliométrico, hemos seguido con el trabajo de fuerza con cargas buscando asentar las bases de lo que nos vamos a encontrar en las últimas fases del proceso de recuperación. Tras la vuelta a la carrera vamos a plantear tareas para poder realizar aceleraciones y frenadas, junto a cambios de dirección de manera eficiente. Para ello será necesario contar con un trabajo previo de fuerza aumentando la capacidad del vector vertical y horizontal y mejorando la gestión de fuerzas en el plano frontal y transversal.

Cristina Recio González, Número de Colegiado de Fisioterapia CYL: 2.488

Kevin Palenzuela Martínez, Número de Colegiado de Fisioterapia CYL: 3.987

Ciencias de la Actividad Física y del Deporte: 62.358

https://martingranizo.com

Dirección: Calle Burgo Nuevo, 4, 1, 24001 León 987 20 42 89 logosleon@academialogosleon.com academialogosleon.com





CARLOS HUGO

DIRECTOR DE FÚTBOL DEL REAL CLUB CELTA DE VIGO

¿Cómo se desarrolló su carrera deportiva?

En mi infancia fui un apasionado de los deportes, nunca a nivel profesional, en el mundo del fútbol jugué en los Maristas, en la Peña y en Seur fútbol sala tanto a nivel local como Nacional. Posteriormente continué mi pasión por el deporte estudiando INEF aquí en León.

¿Cómo y cuándo comenzó a formarse en el fút- segundo de Onésimo donde logramos ascender a bol base?

Comencé en el CD Ejido mientras estudiaba con diecinueve o veinte años entrenando al Alevín A, posteriormente entrené a más equipos hasta una etapa muy larga en el Celta donde he ocupa-

que me dieron la oportunidad de ser coordinador. Estoy muy agradecido a la confianza que me mostraron durante esta etapa. De aquí pasé a la Federación de Castilla y León en la que fui seleccionador y director técnico. También fui entrenador del división de honor juvenil del Puente Castro, entrené a la Gimnástica Segoviana en tercera división, posteriormente me marché a Huesca de segunda división. Y más recientemente de segundo de Eusebio en el Celta y en el filial del Barcelona en segunda división. Estos últimos años he vivido cantera, asistente de varios entrenadores.... Me gusta ver el fútbol desde diferentes perspectivas ocupando diferentes puestos específicos.

¿Cuál es la clave del éxito?

La clave del éxito aunque parezca algo típico es el trabajo. Nos encontramos en un momento muy bueno tanto a nivel nacional como internacional. El éxito radica como decía en el trabajo de prodonde tanto profesionales como jugadores puedan expresarse y sentirse importantes, con un nivel de exigencia máximo que permita al profesional superarse cada día.

¿Cómo es su día a día?

Actualmente en el puesto de dirección de fútbol las funciones son muchas, van variando en función del día de la semana en la que nos encon-

do varios puestos, director de fútbol, director de tramos. Van desde analizar todos los informes de lo acontecido a lo largo de la semana en todos los equipos de las categorías inferiores, mantener reuniones con los coordinadores para programar todo lo que tenemos que llevar a cabo durante Se habla del potencial de la cantera del Celta. la semana, reuniones con el departamento de metodología para evaluar la progresión de los entrenamientos en función de nuestro método, reuniones individuales y atención específica con jugadores que lo requieren en ese momento, o con los técnicos que en ocasiones necesitan fesionales comprometidos, creando un ambiente orientación, asistencia a entrenamientos. Y los fines de semana acudiendo a partidos para evaluar la evolución individual de los futbolistas, momentos de forma etc.

¿Qué papel juega la familia en el proceso formativo de un futbolista?

La familia es el punto de origen del jugador, donde pasan la mayor parte del tiempo, a través del departamento de psicología realizamos reuniones

"La clave del éxito aunque parezca algo típico es el trabajo. Nos encontramos en un momento muy bueno tanto a nivel nacional"



"Conociendo a Roberto Carlos me imagino Sport Coach como un centro formativo innovador, creativo con muchas ganas de crecer, que cada vez ofrece más recursos a los profesionales. Como entidad formativa, y que apuesta por la formación. Auguro a Sport Coach Norte un gran futuro"



con los padres para orientarles y asesorarles. En algunos casos estas reuniones son a nivel grupal y en otros casos específicos a nivel individual.

La familia es clave y nosotros realizamos un trabajo de inclusión con los familiares para ir de la mano en el crecimiento de los futbolistas.

Mentalmente, ¿Cómo se prepara a un futbolista desde la base hasta que llega a profesional? Cómo decíamos antes a través de nuestro departamento de psicología, también intervienen otros departamentos en este desarrollo del futbolista como es el de metodología, y con los técnicos con los que los futbolistas están tutorizados y que se encargan del desarrollo del futbolista, siendo comprensivos pero trabajando con el nivel de exigencia que cada edad requiere. La clave de todo suele ser la autoconfianza y la autonomía para el desarrollo del trabajo y la evolución que un club como el Celta de Vigo requiere.

¿Cómo se encara la salida de un chico que lleva en el club desde la base y que en un momento dado debe continuar su carrera fuera del club?

para el fútbol profesional, si puede ser en nuestro club mucho mejor, pero sino en otros clubes. La gran mayoría no llegan al fútbol profesional, En la cantera del Celta preparamos a nuestros futbolistas para el futuro, en su formación y en su desarrollo. Qué su paso por el club suponga una gran experiencia que les sirva para el desarrollo de su vida. La marcha de nuestros futbolistas es debido porque se van a otros equipos de menos exigencias que el Celta al no haber superado las etapas que se marcan dentro del club, o porque otros clubes de más rango vienen a buscar a nuestros futbolistas. Es el caso de ¿Cuáles son sus proyectos de futuro? Stefan Bajčetić que actualmente se encuentra en el primer equipo del Liverpool y que hace muy poco hemos estado con el, ya que continuamos

siguiendo sus evoluciones y aprendiendo nuevas metodologías de trabajo del club inglés.

¿Qué supone ver debutar a un futbolista que ha realizado toda su formación futbolística con usted?

Alegría y satisfacción para todas las personas que componen el club ya que este es un trabajo de club. Los casos de lago Aspas o Hugo Mallo o más recientemente Gabi Veiga o Miguel Rodríguez suponen una gran alegría para todos. Lo Nosotros preparamos a nuestros futbolistas más importante es que preparamos a los futbolistas para que tengan una carrera deportiva sólida a lo largo del tiempo.

esto es así, el fútbol es un deporte muy exigente. ¿Qué opinión le merece Sport Coach Norte como centro de formación?

Conociendo a Roberto Carlos me imagino Sport Coach como un centro formativo innovador, creativo con muchas ganas de crecer, que cada vez ofrece más recursos a los profesionales. Como entidad formativa, y que apuesta por la formación. Auguro a Sport Coach Norte un gran

Dado como es mi día a día, no tengo mucho tiempo para pensar en el futuro. Pero seguro que seguiré ligado al mundo del Fútbol y del deporte.





ACADEMIA LOGOS

FORMANDO A LAS PERSONAS

vada y subvencionada desde hace más de 40 años. Academia Logos procura adaptarse al perfil y necesidades de nuestros alumnos/as para satisfacer aquello que se demanda de una forma eficaz.

En las siguientes secciones puede conocer al detalle nuestra oferta formativa (privada y subvencionada), así como inscribir su Currículum Vitae en nuestra bolsa de trabajo. ACADEMIA LOGOS también le ofrece la disponibilidad de ALQUILER de instalacio-

ACADEMIA LOGOS lleva impartiendo formación pri- nes para IMPARTICIÓN DE CURSOS, reuniones de empresas e incluso la gestión integral de acciones formativas a medida.

> ACADEMIA LOGOS ofrece varias modalidades de formación:

Formación Presencial

Clases de informática personalizadas.

Clases de mecanografía.

Cursos gratuitos dirigidos a desempleados y trabajadores.

OPOSICIONES SUBESCALA SECRETARÍA cel), presentaciones (PowerPoint) y base de da-INTERVENCIÓN

Nuestros alumnos continúan consiguiendo muy buenos resultados en la preparación de la actual convocatoria, ya en el segundo ejercicio. La formación de esta oposición permite también la preparación del cuerpo "Técnico de Administración General". El desarrollo de las clases será tanto presencial como en formación online.

Oposiciones Auxiliares Administrativos ICYL Preparación próxima convocatoria.

FORMACIÓN PERSONALIZADA

Impartimos presencialmente u online toda la Con el Nuevo Modelo de Formación Continua, formación que necesites sobre:

Ofimática. Office, aprende a tu ritmo sobre procesador de textos (Word), hoja de cálculo (Ex- como mínimo, para que usted reciba la forma-

tos (Access).

Internet. Utilizar todos los recursos disponibles en la Web (Navegadores, utilidades Web, portales, servicios,...)

Todo a tu ritmo!!!

Si usted trabaja en una pyme puede realizar gratuitamente cualquiera de nuestros cursos presenciales u online, y obtener además un Diploma del Fondo Social Europeo.

si usted trabaja en una pyme (empresa de hasta 250 trabajadores), el Servicio Público de Empleo y el Fondo Social Europeo le abonan 420€,



ción que estime oportuna para su desarrollo profesional, cuándo y en el centro de formación autorizado que usted prefiera.

Usted es el que decide, porque si no utiliza este dinero para su formación, al que usted y su empresa tienen todo el derecho por lo que han cotizado a la Seguridad Social y las cantidades que le han retenido en sus nóminas por concepto de formación, simplemente lo pierden al finalizar el año.

Con el Nuevo Modelo de Formación Continua, ni usted como trabajador ni su empresa tienen ya que esperar a que su Sindicato o Federación le ofrezcan los cursos que desee realizar: es usted el que elige cúando y en qué centro de formación autorizado los desea recibir.

La Formación que necesite

Nuestra especialización como Entidad Organizadora y Formadora autorizada por la FTFE nos permite ofrecerle una amplia gama de cursos a

medida de sus necesidades: Informática, Idiomas, Gestión Empresarial, Secretariado, RRHH, Habilidades Directivas, Ventas y Atención al Cliente, Calidad y Medioambiente...., todos ellos impartidos por profesionales y empresas especializadas en cada área formativa.

Todos nuestros cursos se personalizan completamente en función de sus necesidades de contenidos, horarios, fechas y lugar de impartición, y se pueden realizar, según sus necesidades, bajo metodología presencial, online con tutorías, o mixta, en nuestro centro, o en su propia empresa.

Aproveche la oportunidad que le ofece ahora el nuevo Modelo de Formación Contínua y recuerde: ya dispone de, al menos, 420€ para utilizarlos en su formación. Utilizarlos o perderlos es decisión suya.





SOMOS AGENCIA DE COLOCACIÓN

A través de nuestra Agencia de Colocación (nº 0800000085), ayudamos a las personas en la búsqueda de empleo y nos implicamos en la intermediación al objeto de ofrecer un trabajo lo más adecuado posible a su trayectoria y necesidades. Impartimos cursos de formación para la mejora de la capacitación profesional y ponemos en marcha acciones de carácter ocupacional dirigidas a las personas que necesitan desarrollar sus capacidades.

Nuestra misión como agencia privada de colocación es ofrecer al demandante de empleo, en colaboración con los servicios públicos de empleo, un proceso personalizado de orientación, asesoramiento y recualificación, con el objetivo de mejorar su nivel de empleabilidad, mediante el diseño de itinerarios personalizados de inserción. Y a las empresas personas cualificadas y que se correspondan fielmente con el perfil profesional que las empresas necesiten, en cada caso. Es decir, un buen proceso de selección. Y con rapidez.







Sepe

Junta de Castilla y León

Sistema nacional de empleo



Av. de Roma, 4, 24001 León. Teléfono: 987 27 36 76

Fútbol de ahora, fanáticos de antes



de esta temática en pleno 2023. Sin embargo, cual línea editorial en un medio de comunicación, el fútbol y el deporte en general continúa estancado en uno de los problemas que, lade los países. Porque hay que recordar la frase que el entrenador del Real Madrid, Carlo Ancelotti, pronunció en rueda de prensa tras los insultos racistas propiciados a Vinícius Jr. ante el Valencia CF: "España no es un país racista, pero sí un país en el que viven racistas".

No le falta ni un centímetro de razón al míster italiano en cuanto a un arcaico comportamiento que, a día de hoy, persiste en todas y cada

Cuesta, y mucho, comenzar unas líneas acerca una de las naciones del mundo. Porque sí, en todo campo o pabellón de todo país habrá esa afición, esos fanáticos, que manchen un escudo que, ya se ha visto, no pueden representar.

mentablemente, persiste en todos y cada uno Porque en el tema del racismo no existe ningún debate más que el de la tolerancia cero. Lejos están los comentarios tantas veces escuchados acerca, en el caso Vinícius hablamos, de la actitud del brasileño para con los jugadores o las aficiones rivales. Caso totalmente aparte y a la vez nada justificable a la tonalidad de la piel o creencias religiosas que pueda caracterizar al deportista en cuestión. Y es que en este 2023, el deporte y, en este caso, el fútbol está viviendo como esos fanáticos de antes manchan su

elegante imagen. Ya lo decía Diego Armando Maradona, "la pelota no debe mancharse". Y, por supuesto, estas acciones no solo manchan, sino que su 'chapapote' queda inmerso en la conciencia y la mente del que lo sufre.

Porque, en el mundo de la inmediatez y en la cultura de unas redes sociales en la que un 'nick' y una imagen de foto de perfil es la mejor mascara, se da rienda suelta a la crueldad humana. A una crueldad que no solo no conoce castigo, sino que además recibe premio. Y una crueldad en todo momento distante de la maldad que puede ocasionar en el que está poblando el ojo del huracán.

Existe una frase, que no deja de ser igualmente lamentable: "No se puede juzgar el pasado con los ojos del presente". El racismo siempre ha estado ahí, y esos comentarios que han viajado del pasado al presente, no los hacen más ni menos

racistas por el hecho de una evolución a mejor de la sociedad. Eran igual de racistas antes y son igual de racistas ahora, Lo que cambia es el poder de las personas. La mentalidad de un pueblo que debe ser el primero en levantar el puño en favor de la no discriminación.

Por supuesto, y parafraseando a Ancelotti, España no es un país racista, pero sí un país en el que habitan racistas. Y como en España, en cualquier país se cumplirá esa ley de violencia en el deporte; al menos en sus gradas. Falta un precedente. Una acción que siente bases para que esos fanáticos de antes no encuentren su acomodo en una grada de un estadio o pabellón.

El mundo cambia. Más rápido o más lento. La sociedad avanza a pasos agigantados. Pero parece que en los temas que nos atienden, esos pasos agigantados más bien parecen de ratones.

RADIO MARCA



Av. San Ignacio de Loyola, 66, León. Teléfono: 987 49 69 84. cafeteriasextaavenida@gmail.com

PROGRAMA FORMATIVO 2023

CURSO DE NUTRICIÓN DEPORTIVA

22, 23 Y 24 DE SEPTIEMBRE

BASES NUTRICIONALES

VALORACIÓN DEL CLIENTE

NECESIDADES NUTRICIONALES

PLANIFICACIÓN Y SUPLEMENTACIÓN

CURSO DE COACHING DEPORTIVO

24, 25 Y 26 DE NOVIEMBRE

LIDERAZGO DEPORTIVO

HABILIDADES PERSONALES

GESTIÓN DE TALENTO

HERRAMIENTAS DINÁMICAS PRÁCTICAS





TECNIFICACIÓN PORTEROS LEÓN

CENTRO DE ALTO RENDIMIENTO

tecnificacionporterosleon@gmail.com

centrotecnificacionporterosleon

o centrotecnificacionporterosleon



HINCHABLES SCN LAND



TELÉFONO DE CONTACTO PARA ALQUILER DE HINCHABLES: 644 900 345

que va a suponer un verano de mucha evento y mucha diversión.

HinchablesLand es una empresa dedicada exclusivamente al alquiler y venta de hinchables de todo tipo y productos relacionados con el ocio y tiempo libre. Despues de acumular una gran experiencia en el trabajo con hinchables y uso de los mismos, el equipo de componentes que forma hinchablesland se unen y sacan adelante esta idea.

Sport Coach Norte se une a HinchablesLand en lo Todos los hinchables que vamos a ofrecer han sido probados o diseñados por HihablesLand, una parte muy importante de la empresa esta dedicada al diseño de hinchables, todo el esfuerzo esta centrado en diseñar hinchables innovadores, divertidos y sobre todo seguros.

> Aunque nosotros no somos fabricantes directamente, tenemos un convenio con el mejor fabricante de hinchables a nivel mundial. Gracias a ese acuerdo podemos ofrecer unos de los precios mas competitivos del sector.

ELIGE LA AVENTURA QUE MÁS TE GUSTE EN UN ENTORNO NATURAL EN NUESTRO MARAVILLO BIERZO

Aunque acertar será fácil, la primera decisión es saber que tipo de hinchable necesitas:

Terrestres: Tenemos hinchables para los más pequeños, transformers, los súper héroes, los piratas y aventureros. Todos encuentran el espacio para un día ideal.

Acuáticos: Disfrutarán deslizándose por los toboganes hasta darse un buen chapuzón en la piscina o en el río. Días de verano con risas interminables.

Acuáticos Terrestres: Disfrutarán de fresquitos momentos en tierra firme. Hinchables terrestres donde el agua también está presente, con palmeras e incluso mini piscinas donde refrescarse.

Deportivos: Un juego donde pondrán a prueba su pericia, equilibrio y deportividad al lado de sus amigos. Para niños y niñas, un sano ejercicio donde lo importante es participar.

Mecánicos: ¿Y por qué no elegir un artículo que sea alegre, divertido y además se mueva?. Pon a prueba tu fuerza y equilibrio, date un alegre paseo en nuestro tren turístico...

Especiales: Descubre un nuevo concepto de hinchables, donde la aventura y la diversión están aseguradas, novedosos y alegres como el circuito de seguridad vial, la carrera de caballos o temati-

Decoración: Si quieres iluminar un evento y llenar de color la navidad tenemos todo lo que necesitas, arcos, guirnaldas, muñecos de nieve, descúbrelo.

AVENTURA

Desarrollamos actividades específicas donde la aventura, diversión, esfuerzo, deporte y aprendizaje se convierten en experiencias únicas para los niños. Les enseñamos a amar, respetar y disfrutar de todas ellas, en la mayoría de las ocasiones en un entorno natural. En nuestro maravilloso Bierzo



LA IMPORTANCIA DE LA MOTIVACIÓN **EN LOS FUTBOLISTAS**

La motivación desempeña un papel esencial en y un estilo de vida saludable. El compromiso y la su máximo rendimiento, fomenta la persistencia y perseverancia, promueve una mentalidad positiva, desarrolla el compromiso y la disciplina, y **Superación personal:** La motivación impulsa a un fomenta la superación personal. Un futbolista motivado tiene mayores posibilidades de alcanzar el éxito en su carrera y disfrutar plenamente del deporte que tanto ama.

Hay diferentes variables en las que la motivación puede afectar al deportista:

los jugadores a dar lo mejor de sí mismos, esforzándose al máximo en cada entrenamiento y partido. Cuando un futbolista está motivado, tiene más probabilidades de mostrar un rendimiento óptimo, ya que se esfuerza por mejorar sus habilidades, tácticas y condición física.

Persistencia y perseverancia: El fútbol es un deporte exigente tanto física como mentalmente. Los futbolistas se enfrentan a desafíos, obstáculos y fracasos en su carrera. La motivación actúa como un impulso para superar estos obstáculos y perseverar a pesar de las dificultades. Un futbolista motivado no se rinde fácilmente y está dispuesto a trabajar arduamente para alcanzar sus metas.

Mentalidad positiva: La motivación ayuda a mantener una mentalidad positiva. Un futbolista motivado tiende a tener una actitud optimista, lo que le permite enfrentar los desafíos con confianza y determinación. La mentalidad positiva es crucial para mantener la concentración, superar la presión y recuperarse rápidamente de los errores.

Compromiso y disciplina: La motivación fomenta el compromiso y la disciplina en un futbolista. Estar motivado significa estar comprometido con el deporte y tener la disciplina necesaria para seguir una rutina de entrenamiento, una dieta adecuada

el rendimiento de los futbolistas, ya que impulsa disciplina son fundamentales para alcanzar el éxito en el fútbol.

> futbolista a establecer metas personales y esforzarse por superar sus propios límites. Un futbolista motivado se esfuerza por ser mejor que ayer y busca constantemente la mejora continua en todas las áreas del juego, ya sea técnica, táctica, física o mentalmente.

La motivación en un futbolista se refiere al impul-**Rendimiento óptimo:** La motivación impulsa a so interno o externo que lo lleva a comprometerse y esforzarse por lograr sus metas en el fútbol. Es el deseo y la voluntad de superarse a sí mismo, de mejorar sus habilidades, de competir al más alto nivel y de alcanzar el éxito en su carrera deportiva. Puede tener diferentes fuentes y manifestaciones en un deportista, como la motivación intrínseca y la motivación extrínseca.

> Motivación intrínseca: Surge del interior del futbolista y está relacionada con su propio disfrute y pasión por el juego. Es el deseo interno de jugar, competir y superarse a sí mismo. Un futbolista intrínsecamente motivado encuentra satisfacción en el proceso de jugar al fútbol y se siente impulsado por la alegría y la satisfacción personal que obtiene del deporte.

> Motivación extrínseca: Proviene de factores externos al futbolista, como la presión social, las recompensas económicas, el reconocimiento y el apoyo de los aficionados, entrenadores o familiares. La motivación extrínseca puede derivar de la búsqueda de premios y reconocimientos, como ganar campeonatos, obtener contratos lucrativos o recibir elogios y admiración de otros.

> Es importante tener en cuenta que la motivación puede variar en intensidad y fluctuar con el tiempo. Los futbolistas pueden enfrentar mo

mentos de baja motivación, especialmente después de derrotas o lesiones, pero también pueden experimentar un aumento de la motivación cuando se acercan a sus metas o cuando reciben estímulos positivos. A su vez, puede haber casos en los que la motivación del deportista pase de un tipo de motivación a otro, como podemos observar en la siguiente historia:

"Había una vez un futbolista llamado Pedro que vivía en un bajo. Después de trabajar todo el día, a las 5 de la tarde le gustaba echarse una siesta para descansar. Un día, durante su hora de la siesta, Pedro se despertó porque había varios niños jugando al fútbol frente a su casa. Pedro, quien quería seguir durmiendo y evitar problemas con los niños, salió a la puerta de su casa y les dijo que les daría 5€ si volvían al día siguiente a jugar. Los niños regresaron al día siguiente y llamaron a Pedro para que les diera los 5€. Pedro les dijo que no tenía suficiente efectivo y solo les podía dar un euro, lo que hizo que los niños se sintieran descontentos, pero tomaron el euro y se fueron pensando que al día siguiente Pedro tendría efectivo y les daría los 5€. Al día siguiente,

los niños volvieron a jugar frente a la casa de Pedro y, cuando terminaron, llamaron a Pedro para pedirle los 5€. Pedro salió nuevamente y les dijo que lo sentía, pero que esta vez no tenía ningún euro, por lo que los niños se fueron bastante enfadados, pensando que ya no volverían a jugar

En esta historia, los niños que comenzaron a jugar al fútbol frente a la casa de Pedro lo hicieron guiados por su motivación intrínseca. Sin embargo, una vez que Pedro les ofreció dinero, su motivación se convirtió en una motivación más materialista, dejándose influenciar por la motivación extrínseca. Finalmente, cuando se les quitó esa recompensa material, perdieron interés en lo que anteriormente los motivaba por placer.

Por todas estas razones, la motivación es una variable psicológica fundamental para trabajar con los deportistas, ya que actúa como una fuerza impulsora que los impulsa a esforzarse, perseverar y comprometerse con el juego, lo cual es fundamental para alcanzar el éxito tanto en el deporte como en la vida.





CLINIC DE TECNIFICACIÓN Y ALTO RENDIMIENTO VERANO 2023

de Tecnificación y Alto Rendimiento 2023. Nuestros clinics están específicamente diseñados para cumplir los siguientes requisitos:

- Desarrollar y perfeccionar los fundamentos acuáticas. técnicos del juego, tanto colectivos como individuales.
- Entender el juego de forma colectiva.
- Disfrutar de la competición desde un punto de vista divertido y educativo.
- Fomentar la práctica deportiva a través de valores de equipo.
- Adquirir hábitos saludables.
- Colaborar en la educación integral de los alumnos potenciando valores como el trabajo en equipo y el juego limpio, entre otros.

SPORT COACH NORTE pone en marcha los Clinics Las edades comprendidas para participar serán de 6 a 14 años. En la metodología especifica de los clinics de Sport Coach Norte predomina el entrenamiento de tecnificación técnico-táctico, valores, ocio activo, por supuesto fútbol y las actividades

> La inscripción incluye equipación completa y gorra , almuerzo saludable y agua.

ACCEDE A TODA LA INFORMACIÓN Y AL FOR-**MULARIO DE INSCRIPCIÓN A TRAVÉS DEL SI-GUIENTE CÓDIGO QR:**



VALENCIA DE DON JUAN

DEL 17 AL 21 DE JULIO DEL 24 AL 28 DE JULIO DEL 31 DE JULIO AL 4 DE AGOSTO **DEL 7 AL 11 DE AGOSTO**

FUENTESNUEVAS

DEL 26 AL 30 DE JUNIO DEL 3 AL 7 DE JULIO DEL 10 AL 14 DE JULIO

PARA PORTEROS

FUENTESNUEVAS:

DEL 26 AL 30 DE JUNIO

SANTOVENIA:

DEL 26 AL 30 DE JUNIO

VALENCIA DE DON JUAN DEL 3 AL 7 DE JULIO



SERVICIO TÉCNICO

622 36 51 83

info@resetleon.es

ALCALDE MIGUEL CASTAÑO, 66 LEÓN

ΙΝΕΟΚΜΛΤΙΟΛ ΕΓΕΣΤΚΟΝΙΟΛ

Reparación PC desde 25€ **Actualización GPS Protección de Datos Soporte Online** Digitalización VHS y cassettes



Teléfonos Tablets GPS Consolas Pequeños electrodomésticos



