



**Ecosistema Deportivo**  
coaching y rendimiento



## **FORMACION GRATUITA EN COACHING, NEUROCIENCIA Y ENTRENAMIENTO VISUAL DEPORTIVO PARA ENTRENADORES Y DEPORTISTAS.**

El **lunes 12 de Noviembre**, como cierre de las jornadas de formación de INTEGRACIÓN VISUAL MOTORA método SVTA que desarrolla el CLUB DE TAEKWONDO HANKUK, celebraremos UNA JORNADA DE FORMACIÓN GRATUITA para entrenadores y deportistas.

Tenemos el placer de ofreceros dos seminarios que tratarán el COACHING DEPORTIVO Y ENTRENAMIENTO MENTAL así como EL ENTRENAMIENTO VISUAL DEPORTIVO. Estas formaciones surgen como respuesta a las demandas de profesionales del deporte, de la actividad física y de distintos sectores con los que guardan relación. Es de dominio público el interés de entrenadores y deportistas por todo lo relativo al entrenamiento mental, el coaching, la optimización de 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 o mejorar su intuición y la anticipación de acciones frente al rival.

Durante cuatro horas intentaremos ofrecer un espacio de consulta, interacción y conocimiento que tratara tres temáticas:

### **EL COACHING DEPORTIVO, QUE, COMO Y PARA QUÉ. 17:30 – 18:30 horas**

El coaching como proceso de entrenamiento-aprendizaje para despertar el talento y los recursos del deportista, entrenador y directivo buscando incrementar su rendimiento deportivo y personal, eliminando los obstáculos internos a través del establecimiento de un plan de acción (cambio) con metas u objetivos.

Entendemos el coaching como un proceso vivencial que permite adaptarnos a los cambios, engranar y armonizar los distintos factores que condicionan a la persona (al deportista), minimizando las interferencias que impiden desarrollar y/o expresar su potencial en busca de un objetivo.

### **ENTRENAMIENTO MENTAL. NEUROCIENCIA Y DEPORTE.**

**18:30 – 19:30 horas**

El cerebro no es un órgano estático, aprende y cambia gracias a las experiencias vividas desde los primeros momentos de vida. Abordaremos el estudio del “binomio” cerebro-mente desde el estudio de su fisiología y anatomía, centrándonos en los procesos de neuroplasticidad y conectividad asociados a la práctica deportiva, desde el área de la salud y hábitos saludables así como el valor del entrenamiento mental en el deporte de base o el alto rendimiento.

Avalaremos las herramientas y los procesos de coaching deportivo desde la neurociencia y su aplicación a la actividad física y entenderemos la metodología y el diseño de los procesos de coaching.

### **INTEGRACIÓN VISUAL-MOTORA. APRENDIZAJE Y DEPORTE**

**19:45 – 21:30 horas**

Tanto en ámbito escolar como en el deporte, es necesario disponer de buenas habilidades visuales y motoras, capacidad de gestión del tiempo y del espacio-tiempo, además de buena coordinación viso-motora. Los esquemas motores se definen mediante la visión: todas las habilidades coordinativas (incluidas la tareas finas, como la escritura) dependen de ella. Recientes investigaciones en el ámbito de las neurociencias destacan que entrenando habilidades visuales se puede favorecer: visión activa, concentración, visualización, atención sostenida y selectiva.

A partir de esa perspectiva y gracias a la colaboración con diferentes profesionales, nace el método S.V.T.A. (SPORT SCIENCE VISION TRAINING ACADEMY): Un programa de entrenamiento específico, finalizado a educar, compensar e integrar áreas deficitarias relacionadas con la visión y con el movimiento, pudiendo tener aplicaciones de distinto nivel de dificultad. El método está pensado para que esa persona pueda potenciar y estimular de forma entretenida sus habilidades visuales, auditivas, neurológicas, cognitivas, coordinativas y motoras y alcanzar así su máximo nivel de rendimiento.

Os esperamos!!!

José Vicente Cabas, Chechu  
Coach deportivo profesional.

## PONENTES



**ANDREA CAGNO**

Andrea es un Optometrista de Turín (Italia), especializado en Optometría Comportamental, postura y deportes. Es instructor de Tenis y tiene un Máster en psicología deportiva. A partir de su consulta de optometría, estableció un protocolo específico de entrenamiento visual para la práctica y mejora del deporte del aprendizaje, teniendo en cuenta el control postural, alteraciones visuo-motoras y otras alteraciones de la visión. Llegó a crear en 2012 la Academia de Ciencias de la Visión Deportiva y a patentar en 2013 el método de Entrenamiento Visuo-Motor (SVTA).

Ejerce actualmente como entrenador visual, difundiendo su método entre los otros profesionales de la visión y del deporte y empleándolo con éxito en la preparación de deportistas profesionales (de Tenis, Voley- Ball, Rugby, Boxeo, etc.). Colabora con neurólogos, neurooftalmólogos, osteópatas y kinesiólogos para mejorar la organización visuo-postural y visuo-motora.



**JOSE VICENTE CABAS, Chechu**

**Chechu Cabas** viene del mundo del Deporte de Alto Rendimiento y del Coaching Deportivo. En su etapa como deportista de élite y miembro del Equipo Nacional de Judo fue 5 veces campeón de España y medallista en los juegos del mediterráneo, continuando actualmente en activo en la categoría máster, donde ha sido campeón de Europa.

Se especializó como entrenador de alto rendimiento y coach deportivo al realizar el máster de Alto Rendimiento de Comité Olímpico Español y posteriormente el de Coaching Deportivo en la Universidad Camilo José Cela. Su pasión por la Neurociencia le ha llevado a realizar un máster en Neurociencia, buscando los nexos entre la neurociencia y el deporte, que actualmente completa con un máster en investigación interdisciplinar en inteligencia emocional, neurociencia y coaching. Destaca por su capacidad de comunicación que muestra en sus cerca de 100 conferencias, formaciones y mesas redondas donde ha participado.

En la actualidad combina su labor como Coach profesional con deportistas de relevancia nacional e internacional del mundo de las artes marciales, tenis, fútbol, motor etc con la de coach personal y ejecutivo.