



**KIKE FERNÁNDEZ SÁNCHEZ**

**Entrenador Nacional de Balonmano  
Director Técnico Club Joventut Handbol Mataró**

**Coach Deportivo y Educativo Profesional  
Practitioner NLP Classic & New Code e  
International Coach, certificado por:  
John Grinder - Michael Carroll- Carmen Bostic St Clair**

*El entrenamiento deportivo es un proceso complejo que necesariamente deben seguir los atletas y sus entrenadores para poder obtener los resultados deseados. Nuestra misión es trabajar a partir del potencial genético de la persona, para lograr el nivel de rendimiento óptimo a través de los mecanismos de adaptación del organismo.*

*El entrenamiento es un proceso psicopedagógico y planificado, basado en el conocimiento científico, que busca crear condiciones favorables, entornos adecuados para el progreso del atleta. Los beneficios de una buena y adecuada planificación del entrenamiento es de todos sabido. Nos centraremos en la importancia que tiene una adecuada planificación de la llamada “cuarta pata” del entrenamiento, el entrenamiento mental y emocional del deportista.*

***“Cuando la mente esta limpia , el talento alcanza su mayor plenitud”***

***Kike Fernández***

***Dia 1. “¡Quiero jugar para mi!***

## **PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO MENTAL EN EQUIPOS DE BALONMANO MEDIANTE HERRAMIENTAS DE COACHING Y PNL**

***Dia 2. “Porteros en flow”***

## **COMO DESARROLLAR EL ESTADO DE ALTO RENDIMIENTO EN EL PORTERO DE BALONMANO.**