

Bevoluteive

Programa **FORTALEZA**

La evidencia científica
demuestra que la fortaleza
mental marca la diferencia
entre deportistas.

Entrenémosla, conociendo y mejorando
la influencia del entorno familiar.



El 'Programa Fortaleza' es una experiencia transformadora para jóvenes y sus familias, que inspira, brinda herramientas y amplía la mirada de la práctica deportiva, **aportando ejemplos, reflexiones poderosas y aprendizajes aplicables** porque los y las deportistas puedan dar el mejor de ellos mismos.

El programa va dirigido a deportistas intensivos de entre 12 y 17 años.

bevoluteive.com





La importancia de la zona segura del deportista

La familia siempre debería ser la zona segura del deportista. ¿Qué podemos hacer para que sea un lugar de crecimiento?

4 horas

Workshop para deportistas

Experiencia inspiradora con testimoniales de deportistas intensivos y de élite, vídeos, talleres prácticos en grupos reducidos, dinámicas y reflexiones individuales.

Entrega del cuaderno del deportista, una herramienta de trabajo durante la sesión y de reflexión continuada en casa.

El cuaderno da acceso a recursos digitales online.

2 horas

Ponencia para familias

Ponencia participativa para familias que tienen la inquietud de convertirse en la mejor influencia para sus hijos e hijas deportistas. Se incluyen testimoniales en vídeo de padres y madres de deportistas de élite.

Se explica toda la formación de los jóvenes y se identifican los errores comunes de las familias. Se entrega el decálogo de la fortaleza mental.

¿Eres un CLUB, FEDERACIÓN o CAMPUS DEPORTIVO?

Déjanos sorprenderte con una propuesta impecable que elevará la experiencia de vuestros miembros.

Juntos, construiremos un legado: jóvenes deportistas con valores sólidos, una mente fuerte y el impulso necesario para superar sus propias marcas.