

III JORNADA

CONTROL DE LA ANSIEDAD

Profesor:

Dr. RICARDO DE LA VEGA MARCOS

Dr. En Psicología del deporte

Profesor titular de la UAM en el Departamento de Educación Física , Deporte y Motricidad Humana

Profesor del Master de Formación Permanente en Alto Rendimiento Deportivo del Comité Olímpico Español

Dirigido a:

Entrenadores y técnicos relacionados con el alto rendimiento y el entrenamiento deportivo.

Objetivos del Curso:

Identificar las herramientas necesarias para reducir y atenuar la aparición de este tipo de alteración mejorando la relación entre el entrenador y el deportista

Metodología:

Exposición teórica con espacios para la discusión con asistentes

Desarrollo de la jornada:

17.00: Bloque 1 : La ansiedad ¿ Como se regula ?

18.00 – 18.15 Pausa Café

18.15: Bloque 2 : Como los técnicos pueden enseñar a regularla

19.00 -Clausura y entrega de diplomas

JORNADA GRATUITA MARTES 18 DE NOVIEMBRE DE 2025

COMITÉ OLÍMPICO ESPAÑOL . C/ AREQUIPA 13 . MADRID

PLAZAS LIMITADAS. INSCRIPCIÓN PREVIA HASTA COMPLETAR EL AFORO

[HTTPS://COES.OLIMPIADA.ES](https://coes.olimpiada.es)