

# Asociación Preparadores Físicos



## Introducción

A continuación traemos las novedades de la APF en octubre. En este mes ha dado comienzo el Curso de Herramientas para la Gestión Emocional, además de abrirse las inscripciones al III Curso Especialista en Entrenamiento de Fuerza en Fútbol que comenzará en diciembre. Por otra parte, compartimos las acciones institucionales de la APF. Por último, reconocemos la trayectoria durante más de 20 años como asociado de Antonio Díaz Carlavilla.

## Formación

### XV Máster en Preparación Física - Jornada 3

En este mes se desarrolló la tercera jornada de manera virtual. **Carlos del Barrio** inauguró la jornada hablando de rendimiento y prevención. A continuación **Luis Casáis** indicó los puntos claves de la flexibilidad. Por la tarde **Javier Mallo** expuso las ideas de como se debe enfocar el entrenamiento y por último **Alejandro Rodríguez** compartió los diferentes estudios acerca del RSA o la capacidad de repetir sprints.



### III Curso Especialista en Entrenamiento de Fuerza en Fútbol

¿Cómo entrenamos la fuerza en fútbol? ¿Puedo individualizar o personalizar el entrenamiento de fuerza de mis futbolistas? ¿Qué protocolos pre-sesión puedo desarrollar con mi equipo? ¿Seguro que estas preguntas en algún momento que has tenido que planificar, se te han pasado por la cabeza!

En el mes de diciembre dará comienzo la tercera edición del curso conjuntamente con la Real Federación de Fútbol de Madrid. A lo largo de cinco meses se desarrollarán nueve sesiones, siendo dos de ellas presenciales.

¡Benefíciate del descuento por ser asociado a la APF (600 €) y opta a las ayudas por desempleo que concede la Asociación!

¡Únicamente 20 plazas, no te quedes sin la tuya!

[Ver III Curso Fuerza](#)

### Herramientas para la gestión emocional del Preparador Físico

Los primeros cuatro módulos del Curso de Gestión Emocional se desarrollaron en el mes de octubre. Los alumnos con un aprendizaje personal van adquiriendo los conocimientos tutorizados por **Sergio Nuñez**.

El próximo 3 de noviembre, se llevará a cabo una webinar para resolver todas las cuestiones que ha suscitado el primer mesociclo del curso.

Si estás interesado en la segunda edición, solicita información en el siguiente enlace:

[G. Emocional Versión 2.0.](#)



## Acciones Institucionales APF

### Jornada Entrenadores UEFA PRO Armenia

El pasado 11 de octubre en el INEF de Madrid, nuestro vicepresidente Javier Miñano en colaboración con la APF recibieron a un grupo de 20 entrenadores armenios que terminaban sus estudios de la Licencia de entrenador UEFA PRO.

Estos entrenadores, durante una semana, observaron diferentes metodologías de entrenamientos de los clubes de Madrid y compartieron conocimientos con técnicos que actualmente están en fútbol profesional.



### VI Jornadas Técnicas COE

El sábado 22 de octubre José Ángel García y Javier Miñano acudieron al Comité Olímpico Español para acompañar a nuestro compañero Carlos Rivera, preparador físico de la Selección Española Olímpica en Tokio2020 en el desarrollo de una ponencia acerca del trabajo que realizó la selección de fútbol en dichos Juegos Olímpicos.

[Ver resumen Jornada](#)

## El rincón del PF

### Incorporaciones a la APF en el mes de octubre ¡Bienvenidos!

1054. Alfonso Cuenca  
1057. Álvaro Raya

1055. Juan Vicente Ibáñez  
1058. Ángel Gamella

1056. Jesús García  
1059. Alejandro Martínez

El preparador físico del mes de octubre es **Antonio Díaz Carlavilla**, asociado número 96 y actualmente miembro del staff técnico del Getafe CF.

“Carlavilla” es Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y Deporte y entrenador Nacional de Fútbol. Aunque inicialmente Antonio fue preparador físico y realizó en varios clubes gestiones de Director de Metodología, lleva más de una década ejerciendo funciones de segundo entrenador con Quique Sánchez Flores. A continuación nombramos varios de los clubes en los que han trabajado: Atlético de Madrid, Al Ahli, Al-Alin FC, Watford FC, RCD Espanyol, SH Shenhua o el Getafe CF.

Desde la APF queremos felicitarle por su excelente trayectoria y desearte la mayor de las suertes en esta temporada 22/23.



@APFfutbolpf



@futbolpf



@APFfutbolpf

YouTube

@preparadoresfisicos