

# MASTERCLASS

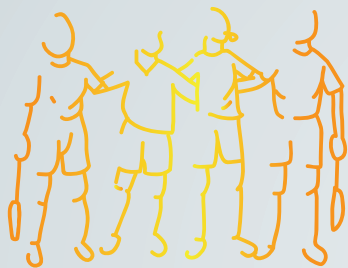
Lleida, 27-28-29 diciembre 2016



## DEL RENDIMENT A L'EXCEL·LÈNCIA

*Xavier Estrada Fernández*

PROGRAMA



# DEL RENDIMENT A L'EXCEL·LÈNCIA

*Xavier Estrada Fernández*

## MARTES 27

**11.30h**

### **ALL STAR INCLUSIVE FOOTBALL LLEIDA 2016**

Celebración de un partido inclusivo entre personas famosas del ámbito social y deportivo y personas con necesidades especiales de entidades sociales.

LUGAR: Camp d'Esports.

**13:00h**

### **CONFERENCIA INAUGURAL**

ENTRADA LIBRE

\*\*VISITA GUIADA A LA CIUDAD DE LLEIDA PARA LOS ASISTENTES A LA MATERCLASS "DEL RENDIMIENTO A LA EXCELENCIA"

## MIÉRCOLES 28

**9.15h**

### **CONFERENCIA TEÓRICO-PRÀCTICA I**

**"Gestión emocional"**

Sr. TONI PÉREZ MARTÍNEZ

Coach deportivo y ejecutivo

LUGAR: Sala Sícoris Club

**10:55h**

### **COFFE BREAK**

LUGAR: Sala Sícoris Club

**11:15h**

### **CONFERENCIA II**

**"La lesión deportiva: de la mecánica a la biología"**

Dr. XAVIER PEIRAU

Médico especialista en medicina de educación física y el deporte

LUGAR: Sala Sícoris Club

**12:10h**

### **PRÀCTICA-CONFERENCIA**

LUGAR: Sala Sícoris Club

16:15h

## CONFERENCIA TEÓRICO-PRÁCTICA III

“Una forma de vivir. El valor de los valores”

Sr. XAVIER ESTRADA FERNÁNDEZ  
Árbitro internacional de fútbol de 1ª División.

LUGAR: Sala Sícoris Club

17:55h

## DESCANSO

LUGAR: Sala Sícoris Club

18:15h

## CONFERENCIA TEÓRICO-PRÁCTICA IV

“Creación de tu modelo de juego”

Sr. JUAN CARLOS OLIVA  
Entrenador profesional de fútbol RCD Espanyol de Barcelona

LUGAR: Sala Sícoris Club

**JUEVES 29**

9:00h

## CONFERENCIA TEÓRICO-PRÁCTICA V

“Genética y nutrición deportiva”

Dr. JOSEP MANEL ESTRADA FERNÁNDEZ  
Médico especialista en Pediatría, máster en nutrición y salud, experto en medicina genómica y coach nutricional

LUGAR: Sala Sícoris Club

10:45h

## DESCANSO

LUGAR: Sala Sícoris Club

11:00h

## CONFERENCIA VI

“Cómo llegar a ser un deportista de alto nivel”

Dr. FRANCESC CORBI SOLER  
Profesor de INEFC, experto en biomecánica y preparador físico de la selección española de hípica

LUGAR: Sala Sícoris Club

11:55h

## PRÁCTICA CONFERENCIA

LUGAR: Sala Sícoris Club

13:15h

## CONFERENCIA DE CLAUSURA

“Los condicionantes psicológicos del rendimiento”

Sr. PEP MARÍ

Jefe del Departamento de Psicología del Deporte del CAR de Sant Cugat y autor del libro ‘Aprender de los campeones’

ENTRADA LIBRE

### INSCRIPCIONES ABIERTAS

Consulta cómo participar enviando un mail a [masterclasslleida@icloud.com](mailto:masterclasslleida@icloud.com)

**PRECIO DE LAS INSCRIPCIONES**  
90€ hasta el 30 de noviembre de 2016  
120€ a partir del 1 de diciembre

Las comidas están incluidas en el precio de la inscripción



COLABORAN:



SICORIS CLUB



Para más información: [masterclasslleida@icloud.com](mailto:masterclasslleida@icloud.com)