

La Fundación Miguel Induráin y K7 Coaching renuevan por segundo año consecutivo el programa de Formación y Coaching



- **46 jóvenes talentos serán el objetivo principal para el año en curso, con una oferta variada de talleres experienciales de coaching, comunicación y sesiones personalizadas**
- ***“El boca a boca y la transmisión que hacen los propios deportistas harán que el coaching en Navarra de un paso más”, afirma José Javier Esparza, director-gerente del Instituto Navarro de Deporte y Juventud***
- **La empresa navarra K7 Coaching consolida su profesionalidad y sus éxitos en el área deportiva**

Pamplona (Navarra) 18 enero 2011_ La Fundación Miguel Induráin y K7 Coaching han firmado hoy, por segundo año consecutivo, el acuerdo para aplicar la formación y el coaching a los deportistas y técnicos durante la temporada 2011. Este año se dará prioridad en el programa a los jóvenes talentos, a quienes se ofrecerá varios talleres experienciales de coaching, talleres de comunicación y sesiones de coaching individuales.

Al acto de la firma, celebrado en la Casa del Deporte, en Pamplona, donde también se ha presentado el 'Informe de Valoración del Acuerdo 2010 de Formación y Coaching' entre la citada fundación y esta empresa navarra, han asistido: el director gerente del Instituto Navarro de Deporte y Juventud y presidente del Patronato de la Fundación Miguel Induráin, José Javier Esparza Abaurrea; el propio Miguel Induráin Larraya, presidente de honor; Idoia Jiménez Saragüeta, directora técnica de la misma; Tania Sola Ordoyo, atleta, lanzadora de martillo, y participante en el Programa de Formación y Coaching; y Koro Cantabrana Ruiz de Larrinaga, directora de K7 Coaching.

En 2010 se inició este acuerdo pionero en Navarra con la Fundación Miguel Induráin. Sus talleres y sesiones individualizadas del programa de coaching y comunicación, en los que han trabajado 8 personas de K7 Coaching, han sido calificados como muy favorables según se ha desprendido de declaraciones de algunos de los técnicos y deportistas que han participado en él (*). En la temporada 2010, el programa arrancó de forma precursora con una treintena de personas, 15 técnicos y 15 deportistas; “y este año se va a extender a 46 jóvenes deportistas para mejorar su habilidad para la concentración, su fortaleza y gestionar mejor la tensión y sus emociones”, según ha explicado Koro Cantabrana.

El directivo José Javier Esparza ha indicado que el deporte está cambiando y que los resultados obtenidos por el mencionado programa son un buen aval: *“evolucionando; hay que adaptarse para mejorar, tanto las Administraciones, como los técnicos y los deportistas. Las valoraciones del primer año con K7 Coaching son positivas y continuar con vosotros de la mano, trabajando de forma conjunta, es algo de agradecer. El boca a boca y la transmisión que hacen los propios deportistas harán que el coaching en Navarra de un paso más”*.

La Fundación Miguel Induráin también ha hecho pública su satisfacción con la labor de K7 Coaching, empresa dedicada al coaching, la comunicación positiva, la gestión de conflictos y el liderazgo, que trabaja a nivel nacional en distintas áreas empresariales, organizacionales y deportivas. *“Gracias a K7 Coaching por seguir un año más. Es un año de trabajo..., es intentar cambiar las formas de entrenamiento. Los resultados se irán viendo con el tiempo. Los deportistas están contentos y es importante para la Fundación. Habrá que seguir a los deportistas, con tiempo, para ver si he han estancado o avanzan”*, ha comentado Miguel Induráin. Por su parte, la atleta Tania Sola ha asegurado que gracias a las sesiones de coaching han aumentado más la confianza en ellos mismos y ha destacado que aunque se esté en buena forma física, *“la cabeza es la que manda”*.

Koro Cantabrana, socia directora de K7 Coaching y responsable en España de la empresa americana TCI (Team Coaching Internacional), ha destacado que “la



utilización de herramientas de coaching, comunicación y liderazgo en el deporte apoya la consecución de éxitos deportivos”.

Todo el equipo de K7 Coaching que ha participado en el programa, como su directora Koro Cantabrana, experta en coaching, comunicación y liderazgo han quedado gratamente satisfechos con los resultados obtenidos. Esta empresa navarra se ha consolidado en el campo del coaching deportivo; no sólo por el acuerdo alcanzado, sino también por el trabajo desplegado, demostrando que esta actividad funciona con éxito en el deporte.



Deportistas y técnicos que participaron en las sesiones de coaching celebradas en 2010.

(*) Algunas declaraciones de deportistas y técnicos deportivos de la Fundación Miguel Induráin



“La sesión de coaching me ayudó a conocerme mejor y a tomar conciencia sobre mis propias debilidades y fortalezas, y trabajar sobre ellas”.

- **Mikel Huerga** (Deportista Ajedrez)

Gracias por todo. Me acuerdo del curso que hice con vosotras constantemente. Lo comento con otras personas y me siento muy identificado con todo. Lo aplico constantemente y creo que soy un poco mejor técnico cada vez que lo hago.

- **Félix Navarro** (Técnico de Atletismo)

“El curso de coaching me ha servido para varias cosas:

1º reafirmarme como entrenador y tener más confianza en mis principios deportivos.

2º transmitir esa confianza y acercarme más a los objetivos de los deportistas a los que entreno.

3º mejorar mi comunicación con los deportistas.

Por todo esto, daros las gracias por el esfuerzo que hacéis, tanto vosotros como la Fundación Miguel Induráin, para conseguir mejorarnos como personas, técnicos o deportistas”.

- **José Manuel Menéndez López** (Técnico Lucha)



“El curso me ha ayudado a tranquilizarme antes de una competición y he conseguido quitarme gran parte de los miedos que antes tenía. Os lo agradezco”.

- **Edurne Echarri** (Deportista Badminton)



“Ojalá pudiéramos hacer mas sesiones formativas de este tipo ya que ayudan mucho. El deporte es casi nuestra vida, y es una gran ayuda”.

- **Ana Llorens** (Deportista. Gimnasia Rítmica)



“Descubrí que mi coach no es mi psicólogo, y que participa en la educación de mis inquietudes para hacerlas positivas y reconocibles en momentos de tensión, como son las competiciones. ¡Esto funciona! Gracias por todo”.

- **Carmen Rubio** (Tiro con Arco Adaptados)



“Agradeceros lo que estáis haciendo. No sé cómo lo hacéis, pero conseguís sacar lo mejor de cada uno. Estoy encantada con mi coaching, con lo fácil que hace todo, lo sencillo que es darle la vuelta a las cosas, para que, en vez de verlas como un contratiempo, las veamos como algo positivo. En relación a las sesiones de grupo, destaco la relación que tenemos a partir de entonces con otros deportistas. Nos ayudamos unos a otros, nos motivamos e intentamos sacar lo mejor de cada uno”.

- **Tania Sola** (Deportista Atletismo. Lanzamiento Martillo)