



ARMENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

BIOFEEDBACK EN EL ALTO RENDIMIENTO

El **Biofeedback** es el uso de instrumentación no invasiva para monitorizar los procesos psicofisiológicos de los que normalmente la persona no es consciente. La finalidad es ayudar a mantener esos procesos bajo control voluntario. La persona recibe información inmediata acerca de sus respuestas fisiológicas tales como tensión muscular, tasa cardiaca, tasa respiratoria, etc..., poder interpretar los estados en cada momento y poder manejarlos de forma voluntaria para dar el máximo rendimiento para lo que demanda la tarea en cada momento.

El área de aplicación del **Biofeedback** es muy amplia: estrés, mejora del rendimiento, mejora del bienestar, entre otros.

El **Biofeedback** representa la técnica más avanzada para que la persona sea capaz de controlar sus respuestas psicofisiológicas.

Tanto los módulos básicos como los avanzados han sido diseñados para ofrecer al asistente un conjunto integrado de herramientas sencillas para ayudar a las personas (ya sea a deportistas, artistas, ejecutivos o cualquier persona que quiera mejorar su bienestar y su rendimiento), bajo su control voluntario, a alcanzar un estado fisiológico óptimo, pudiendo obtener su máximo rendimiento

El curso proporcionará una base sólida para realizar evaluaciones y tomar datos objetivos (como por ejemplo, la activación y la tensión de la persona), pudiendo observar los cambios que se producen en la persona cuando ésta tiene que volver a un estado de recuperación.

El asistente aprenderá a entrenar las habilidades de autorregulación de las personas, para que éstas tomen consciencia de sus respuestas fisiológicas, así como que vuelvan rápidamente a un estado de calma, recuperación o acción.



ARMENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

Todo ello, con la finalidad de salir y entrar en dichos estados de manera voluntaria, según lo que demande la tarea en cada momento.

Mediante el entrenamiento de estas habilidades, los profesionales del alto rendimiento conseguirán preparar a las personas para gestionar mejor sus recursos físicos y mentales, y acceder a un estado óptimo en cada momento.

DESCRIPCIÓN

Este curso de formación en **Biofeedback** se compone de 20 módulos básicos y de horas de prácticas presenciales (opcionales).

Los contenidos básicos se orientan al estrés y bienestar (wellness), y se componen de 20 módulos de contenido teórico online, desarrollados sobre la base de un enfoque teórico y práctico, así como una base sólida para el manejo de **Biofeedback** y su introducción en el ámbito profesional y personal de cada asistente.

Además, se proporcionará un set integral de contenidos, material, asesoramiento, seguimiento y mentoring (online) de apoyo a los participantes, para un continuo desarrollo.

Los asistentes tendrán la oportunidad, de forma individualizada, de conocer y utilizar de manera práctica todos los contenidos desarrollados durante la formación.

Los módulos básicos del curso proporcionan todo el conocimiento y material necesario para entender las bases psicofisiológicas fundamentales relacionadas con el **Biofeedback**, para su uso como herramienta principal o de apoyo, así



CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

como conocer los procesos de las evaluaciones, planificaciones y entrenamientos básicos y generales.

Los asistentes tendrán a su disposición acceso a ordenadores portátiles con la instalación de BioGraph Infiniti (necesario para **Biofeedback**), así como todos los softwares y suites adicionales más importantes. Asimismo, dispondrán de los equipos de trabajo ProComp 5 y 8, con todos sus sensores, de la marca **Thought Technology**.

Los asistentes adquirirán los conocimientos básicos y avanzados de Biofeedback, mediante técnicas individualizadas a través de los protocolos exclusivos de AR Mental, desarrollados desde la objetividad y la efectividad.

Aprenderán a familiarizarse con las evaluaciones psicofisiológicas, pantallas de entrenamiento y sensores utilizados en **Biofeedback**, consiguiendo así una base sólida. La vertiente presencial permitirá resolver todas las dudas desde un aprendizaje práctico.



AR MENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

El curso enseñará las últimas técnicas de entrenamiento cognitivo-visuales, las cuales son efectivas en la atención, la percepción, el procesamiento y las respuestas de las personas, así como en la mejora de sus funciones ejecutivas. Esto se llevará a cabo de una manera teórica y práctica, con una de las herramientas más avanzadas a nivel mundial, como es **NeuroTracker**. Los asistentes adquirirán los conocimientos necesarios para el manejo y el entrenamiento con esta herramienta.

La formación capacitará al asistente para llevar a cabo de forma óptima un protocolo teórico y práctico de visualización. Todo ello mediante tecnologías de **Biofeedback** portátil, para un entrenamiento efectivo y medible.

El conocimiento de los dispositivos de **Biofeedback** portátil permitirá a las personas desempeñar en su vida diaria todas las habilidades aprendidas en las sesiones.

Los asistentes también adquirirán conocimientos avanzados de las mediciones con **Biofeedback** dentro del entrenamiento con tiempo de reacción.

El curso proporcionará conocimiento teórico y práctico de las últimas y más efectivas evaluaciones y protocolos de entrenamiento existentes para el alto rendimiento, así como de su innovación y personalización para cada demanda.



ARMENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

Esta formación también incluye prácticas específicas de **Biofeedback** en el alto rendimiento y en diferentes ámbitos.

El curso proporcionará el conocimiento teórico y práctico para fusionar los protocolos de **NeuroTracker** con los entrenamientos más efectivos del **Biofeedback**, siendo esta fusión una de las implementaciones más efectivas para el alto rendimiento.

La formación mostrará también las últimas herramientas adicionales para mejorar la calidad del entrenamiento, las últimas tecnologías de computación de medios digitales especializados en diferentes campos como la salud, la educación, los negocios, el ámbito militar, la ciencia y el deporte. Este programa de entrenamiento hará las sesiones de **Biofeedback** más amenas, efectivas y motivadoras.

Los ponentes son profesionales expertos con trayectoria sólida y demostrada en el uso de técnicas de **Biofeedback**, Neurofeedback, **NeuroTracker**, Psicología y Neurociencia Cognitiva, única y exclusivamente en el peak performance y wellness.



AR MENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

¿POR QUÉ AR MENTAL?

Se trata del único programa en España de formación de **Biofeedback** con módulos para el estrés, el alto rendimiento y el bienestar. Además:

- ✓ Dispone de una vía de aprendizaje basada en los hallazgos de la Neurociencia y en la práctica continua.
- ✓ El entorno físico es reducido, acogedor y con prácticas reales e individuales. Además, la atención será individualizada, dedicándole a cada persona el tiempo necesario.
- ✓ Se dará a conocer una de las mejores herramientas tecnológicas de nuestros tiempos, como es **NeuroTracker**, con una gran cantidad de vías de entrenamiento. Se podrá trabajar de forma independiente o conjuntamente con **Biofeedback** o con otras clases de entrenamiento, desde una base neurocientífica y basada en los últimos estudios.
- ✓ **Se enseñará desde el cerebro que aprende y no desde el cerebro que enseña**, moldeando y adaptando el programa a las necesidades de cada persona.
- ✓ La práctica se desarrollará en función de lo que demande la teoría.
- ✓ Será una formación donde se enlazarán, en la misma línea de aprendizaje, los cursos básicos y avanzados. El objetivo consistirá en el



ARMENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

asentamiento de las bases, para que los asistentes crezcan como profesionales de manera continua.

OBJETIVOS

- ✓ Adquirir conocimientos básicos y avanzados, tanto teóricos como prácticos, de **Biofeedback** y **NeuroTracker**.
- ✓ Integrar **Biofeedback** con las diferentes vías de entrenamiento de **NeuroTracker** en las sesiones de entrenamiento.
- ✓ Conocer en profundidad el uso práctico de las nuevas tecnologías y sistemas para la aplicación del **Biofeedback**.
- ✓ Revisar las principales técnicas de **Biofeedback** para el control del estrés, el bienestar y el alto rendimiento.
- ✓ Contribuir al networking, conociendo a otros profesionales multimodales de **Biofeedback**.
- ✓ Conocer, entender, manejar y entrenar en profundidad las diferentes señales de **Biofeedback**.
- ✓ Comprender y saber cómo realizar registros, evaluaciones e intervenciones con sistemas de alto rendimiento, tanto en la práctica de campo, como en los entrenamientos en nuestros espacios de **Biofeedback**.
- ✓ Analizar las ventajas del **Biofeedback** en la práctica profesional.
- ✓ Analizar y entender los resultados de las evaluaciones para desarrollar nuevos protocolos y atender al cliente de forma adaptada a sus objetivos, situación y necesidades reales.



ARMENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

- ✓ Aprender a gestionar la tarea o el entrenamiento que se le recomendará a la persona en su día a día, así como saber realizar un seguimiento para la adaptación de las herramientas aprendidas.
- ✓ Saber tratar con personas desde la base hasta la élite.
- ✓ Aprender nuevos protocolos y entrenamientos para el rendimiento ejecutivo.
- ✓ Capacitar al asistente para adaptar las herramientas aprendidas en el curso a cualquier disciplina profesional.

RECURSOS Y DOCUMENTACIÓN APORTADA

Documentación teórica:

- ✓ Documentación teórica, completa y ampliada de los módulos online desarrollados durante el curso, para poder consultarlos siempre que se necesite.

1 h de mentoring (online):

- ✓ 1 hora de apoyo online donde se asesorará individualmente a los participantes para que puedan desarrollar mejor sus competencias y consigan un mayor progreso en su desarrollo profesional, así como resolver cualquier duda después de la formación.

Vídeos explicativos:

- ✓ Cada módulo ha sido grabado y será compartido con los asistentes, teniendo acceso en todo momento para su consulta o revisión.



CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

Descuento de un 10% para el Curso Avanzado de Biofeedback y/o Neurofeedback en el Alto Rendimiento, impartido por **AR MENTAL**.

Asesoramiento necesario para gestionar **NeuroTracker** o ponerse en contacto con los responsables directos, sin costes adicionales.

DESTINATARIOS

El presente curso-taller va dirigido a psicólogos clínicos, psicólogos deportivos, coaches, logopedas, terapeutas ocupacionales, entrenadores, responsables de RRHH, fisioterapeutas, profesores, pedagogos, educadores, psicopedagogos, médicos y, en definitiva, cualquier profesional que quiera obtener un conocimiento en profundidad sobre el **Biofeedback** y **NeuroTracker**, para incorporar estas técnicas a su práctica profesional, tanto para recién iniciados como para quienes ya lleven a cabo este tipo de técnicas y quieran reforzar y ampliar sus conocimientos teóricos o prácticos.

PROGRAMA

MÓDULOS BÁSICOS

- ✓ **MÓDULO 1:** PRESENTACIÓN. ALTO RENDIMIENTO DEPORTIVO. DE DÓNDE SURGE AR MENTAL.
- ✓ **MÓDULO 2:** INTRODUCCIÓN A LA HISTORIA DEL **BIOFEEDBACK**



ARMENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

- ✓ **MÓDULO 3:** QUÉ ES **BIOFEEDBACK**. ÉTICA, DOCUMENTACIÓN Y CONDICIONES CONTRACTUALES.
- ✓ **MÓDULO 4:** INTRODUCCIÓN A LA PSICOFISIOLOGÍA Y PROCESOS PSICOFISIOLÓGICOS. CONEXIÓN MENTE CUERPO Y HÁBITOS
- ✓ **MÓDULO 5:** ACTIVACIÓN, ESTRÉS Y ANGUSTIA
- ✓ **MÓDULO 6:** CLAVES DEL ALTO RENDIMIENTO
- ✓ **MÓDULO 7.1 Y 7.2:** INTRODUCCIÓN AL EQUIPO DE **BIOFEEDBACK** THOUGHT TECHNOLOGY (FAMILIARIZACIÓN SENSORES)- SE COMPONE DE 2MÓDULOS.
- ✓ **MÓDULOS 8.1 Y 8.2:** EMG - TEORÍA, SENSORES Y PANTALLAS DE ELECTROMIOGRAFÍA.- SE COMPONE DE DOS MÓDULOS.
- ✓ **MÓDULO 9:** TEMP. - TEORÍA, SENSORES Y PANTALLAS DE TEMPERATURA.
- ✓ **MÓDULO 10:** SC/EDR - TEORÍA (DISTINCIÓN CONDUCTANCIA/RESISTENCIA ELECTRODERMAL), SENSORES Y PANTALLAS DE SKIN CONDUCTANCE.
- ✓ **MÓDULO 11.1 Y 11.2:** RESP. Y HR - TEORÍA, SENSORES Y PANTALLAS DE RESPIRACIÓN, TASA CARDÍACA Y ARRITIMIA SINUSAL RESPIRATORIA (RSA).- SE COMPONE DE DOS MÓDULOS.
- ✓ **MÓDULO 12:** INTRODUCCIÓN, PASOS A SEGUIR Y PANTALLAS DE LAS EVALUACIONES BÁSICAS (PERFIL DE ESTRÉS).
- ✓ **MÓDULO 13:** ESTUDIO Y EXPOSICIÓN DE LOS RESULTADOS DE LAS EVALUACIONES.
- ✓ **MÓDULO 14:** QUÉ ES ZUKOR - UTILIZACIÓN DE PANTALLAS.
- ✓ **MÓDULO 15:** QUÉ ES NEUROTRACKER.
- ✓ **MÓDULO 16:** EL BIOFEEDBACK EN LA PSICOLOGÍA DEPORTIVA.



ARMENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

- ✓ **MÓDULO 17:** BIOFEEDBACK Y LA EXCELENCIA EJECUTIVA.

MÓDULOS PRESENCIALES (A DETERMINAR)

DÍA 1

MAÑANA

- ✓ **MÓDULO 1:** PRÁCTICAS Y ESTRATEGIAS DE ENTRENAMIENTO DE EMG, COLOCACIÓN DE ELECTRODOS Y SU ADAPTACIÓN A CADA PERSONA
- ✓ **MÓDULO 2:** PRÁCTICAS Y ESTRATEGIAS DE ENTRENAMIENTO DE TEMPERATURA, COLOCACIÓN DE SENSORES Y SU ADAPTACIÓN A CADA PERSONA
- ✓ **MÓDULO 3:** PRÁCTICAS Y ESTRATEGIAS DE ENTRENAMIENTO DE CONDUCTANCIA, COLOCACIÓN DE SENSORES Y SU ADAPTACIÓN A CADA PERSONA

TARDE

- ✓ **MÓDULO 4:** RESP. Y HR – PRÁCTICAS Y ESTRATEGIAS DE ENTRENAMIENTO DE RESPIRACIÓN, TASA CARDÍACA (HR) Y RSA, Y SU ADAPTACIÓN A CADA PERSONA



ARMENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

DÍA 2

MAÑANA

- ✓ **MÓDULO 5:** EVALUACIONES BÁSICAS EN PERFIL DE ESTRÉS

TARDE

- ✓ **MÓDULO 6:** ESTUDIO DE DATOS DE LAS EVALUACIONES MEDIANTE EL PROGRAMA ARDATASCIENCE. EMISIÓN Y PRESENTACIÓN DEL INFORME AL CLIENTE.

DÍA 3

MAÑANA

- ✓ **MÓDULO 7:** PRÁCTICAS DE EVALUACIONES DE RESONANCIA DE FRECUENCIA DE RESPIRACIÓN. ESTUDIO DE RESULTADOS.

TARDE

- ✓ **MÓDULO 8:** ENTRENAMIENTOS Y SU ADAPTACIÓN A CADA PERSONA MEDIANTE ARDATASCIENCE.



AR MENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

DÍA 4

MAÑANA

- ✓ **MÓDULO 9:** MANEJO DEL SOFTWARE.

TARDE

- ✓ **MÓDULO 10:** PROTOCOLOS GENERALES Y PERSONALIZADOS DE ENTRENAMIENTO
- ✓ **MÓDULO 11:** PANTALLAS DE ENTRENAMIENTO

DÍA 5

MAÑANA

- ✓ **MÓDULO 12:** NEUROTRACKER
- ✓ **MÓDULO 13:** PROTOCOLOS DE ENTRENAMIENTO EFECTIVO Y FUSIÓN CON BIOFEEDBACK

CERTIFICACIONES

Se expedirá un Diploma acreditativo por parte **AR Mental**, con colaboración de **NeuroTracker**, **Adan Racing** y **Zukor Interactive**, en calidad de:

CURSO-TALLER BÁSICO DE BIOFEEDBACK PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

HORARIO Y DURACIONES

MÓDULOS ONLINE DE INTRODUCCIÓN AL BIOFEEDBACK PARA EL ESTRÉS, RENDIMIENTO Y BIENESTAR (WELLNESS)

- DURACIÓN: 28 HORAS



CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

Las clases serán online. Estas sesiones formativas han sido grabadas en vídeo para su posterior puesta a disposición en todo momento de los asistentes, con vistas a su consulta, repaso, etc. Por su parte, y con la misma finalidad, los contenidos teóricos impartidos también serán proporcionados a los asistentes en formato PDF.

En busca de la mejor calidad formativa por parte del curso-taller, la duración del mismo podrá verse eventualmente ampliada, para su adaptación a las necesidades y las demandas de los asistentes. Además, una vez finalizado el curso-taller, cada asistente dispondrá de una hora de atención individualizada para consultas, dudas, mentoring, supervisiones, etc.

Los módulos presenciales serán impartidos en las instalaciones de AR Mental, constituidas por un entorno reducido, acogedor, con distintas comodidades para los asistentes (espacios cerrados y al aire libre, desayuno, merienda...), y con tres salas de entrenamiento diferenciadas. Cada participante dispondrá, para un uso y práctica lo más eficientes posible, de los equipos necesarios: ordenadores de última generación y dispositivos de biofeedback (equipo, sensores y electrodos).

La asignación horaria de la impartición de los módulos presenciales en las instalaciones de AR MENTAL será decidida en función del volumen de asistencia, con el fin de garantizar la mayor calidad posible en lo especificado en todos los anteriores puntos.

**TAMBIÉN EXISTE LA POSIBILIDAD DE DESPLAZAMIENTO PARA IMPARTIR
LOS MÓDULOS PRESENCIALES EN LA CIUDAD Y PAÍS DE LOS ASISTENTES.**



CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

ORGANIZADOR

AR Mental es un proyecto desarrollado por Adan Racing, que es un centro de alto rendimiento de pilotos de motociclismo. **AR Mental** es un centro especializado en el sector del peak performance y wellness, el cual entrena con niños, adultos y equipos.

Utiliza técnicas avanzadas de psicofisiología aplicada y neurotecnología como **Biofeedback, Neurofeedback, NeuroTracker**, para una mejora de la atención, concentración, bienestar, calma, recuperación, estrés, visualización, rendimiento deportivo, rendimiento ejecutivo y empresarial y liderazgo, entre otras.

Dentro del mundo del motociclismo **AR Mental** es uno de los pioneros en la introducción del entrenamiento para la mejora del rendimiento a nivel mental y fisiológico, a través del diseño y elaboración de tareas específicas con la más alta tecnología.

AR Mental ha adaptado y personalizado toda la experiencia en el más alto nivel con pilotos de motociclismo. Para ello, ha desarrollado entrenamientos en diferentes campos de la mejora del rendimiento, hasta contar, así, con más de 10 años en el sector deportivo, aumentando el rendimiento de más de 200 deportistas tras 5 años en el mundo empresarial, e incrementando la eficacia de un gran número de empresas de diferentes sectores, punteras a nivel nacional.



CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

El equipo está formado por expertos en los últimos avances en neurociencias, neurofisiología, coaching, deporte, **Biofeedback**, **Neurofeedback**, **NeuroTracker** y psicología del deporte.

La filosofía de **AR Mental** pasa por la investigación, la mejora continua y la neurociencia como bases científicas para mejorar el desarrollo, la planificación, la intervención, y la actuación en el ámbito del alto rendimiento.

PONENTE

Jose Luis Martínez Adan

Equipo **AR Mental**.

Curso BCIA Didactic Course – Neurofeedback Bootcamp for Beginners (36 creditos)

Universidad Antonio de Nebrija,

Curso en certificación de entrenador deportivo

Florida Universitaria,

Experto en Coaching deportivo, individual y de equipos

Alto Rendimiento y Florida Universitaria,

Experto en psicología deportiva aplicada

Centro Integral Español de Neurofeedback y Biofeedback

Curso profesional I en Técnicas de **Biofeedback**

Centro Integral Español de Neurofeedback y Biofeedback



ARMENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

Curso Especialista en la Mejora del Rendimiento Deportivo con Técnicas de
Biofeedback

Centro Integral Español de Neurofeedback y Biofeedback

Curso Especialista en tratamiento de Estrés y Ansiedad con Técnicas de
Biofeedback

Centro Integral Español de Neurofeedback y Biofeedback

Curso Monográfico I en tratamiento de Estrés y Ansiedad con Técnicas de
Biofeedback

Centro Integral Español de Neurofeedback y Biofeedback

Curso Monográfico I en tratamiento de Problemas de Aprendizaje con Técnicas
de **Biofeedback**

Centro Integral Español de Neurofeedback y Biofeedback

Curso Especialista en tratamiento de Estrés y Ansiedad con Técnicas de
Biofeedback

Centro Integral Español de Neurofeedback y Biofeedback

Curso Especialista en tratamiento de problemas de aprendizaje con Técnicas
de **Biofeedback**

Centro Integral Español de Neurofeedback y Biofeedback

Curso profesional I en técnicas de Neurofeedback

Centro Integral Español de Neurofeedback y Biofeedback



ARMENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

Curso Monográfico I en Mejora del Rendimiento Deportivo con Técnicas de Neurofeedback

Centro Integral Español de Neurofeedback y Biofeedback

Curso Especialista en mejora del Rendimiento Deportivo con Técnicas de Neurofeedback

Centro Integral Español de Neurofeedback y Biofeedback

Curso Monográfico I en Mejora del Rendimiento Deportivo con Técnicas de **Biofeedback**

Centro Integral Español de Neurofeedback y Biofeedback

Curso Monográfico I en Tratamiento de Problemas Escolares con Técnicas de Neurofeedback

Centro Integral Español de Neurofeedback y Biofeedback

Curso Especialista en Tratamiento de Problemas Escolares con Técnicas de Neurofeedback

Centro Cognisen (Canadá),

Experto en entrenamiento con **NeuroTracker**

Asociación de Neurociencias y Aprendizaje

Miembro durante un año con formación en ANE

EUROINNOVA Formación

Especialista en Neurofisiología

EUROINNOVA Formación



ARMENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

Especialista en diseño de planes de entrenamiento

EUROINNOVA Formación

Especialista en vendaje neuromuscular

Miembro SEBINE (Sociedad Española de Bio y Neurofeedback)

SEBINE (Sociedad Española de Bio y Neurofeedback)

Curso "BCIA Certification Workshop on General **Biofeedback** 2018", impartido por Donald Moss

SEBINE (Sociedad Española de Bio y Neurofeedback)

BCIA Modulo avanzado de Neurofeedback: registro interpretación y diagnostico mediante mapeo cerebral (MiniQ y QEEG)

IFEN (Instutute for EEG-Neurofeedback)

Neurofeedback utilizando base de datos normativos: ZScore neurofeedback.

IFEN (Instutute for EEG-Neurofeedback) BCIA

Curso BCIA Didactic Course – Neurofeedback Bootcamp for Beginners

UNIVERSIDAD DE CESUGA, BCIA Y SEBINE

Terapeuta del Neurofeedback para el alto rendimiento y la excelencia ejecutiva.

Entrenador de numerosos **pilotos de motociclismo a nivel nacional e internacional**

Ponente en universidad, así como en espacio exclusivo para líderes SAFEELING o en la escuela de alto rendimiento Jung.



AR MENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

El proyecto del centro de alto rendimiento mental **AR MENTAL** forma parte de una empresa de referencia a nivel mundial especializada en ciencias del comportamiento y la gestión del riesgo, la cual mejora de la seguridad y el riesgo laboral ofreciendo soluciones orientadas al desarrollo organizativo de compañías con altos requisitos de seguridad y calidad, aplicando modelos de aprendizaje innovadores, que incidan en los cambios de comportamiento.

Creación de uno de los centros reconocidos a nivel mundial de tecnificación en motociclismo

Introducción del motociclismo en Rusia, a través de varios centros de alto rendimiento, a nivel técnico y mental

Dirección y asesoramiento de varios centros de alto rendimiento de motociclismo en Rusia

Pionero en la introducción del Coaching, Neurofeedback y **Biofeedback** en el mundial de motociclismo, así como la elaboración y diseño de tareas psicológicas específicas, para lo que demande el deportista en cada situación

Creación del Proyecto del centro de alto rendimiento mental AR MENTAL. En el cual se han adaptado las técnicas utilizadas en el más alto rendimiento deportivo, al rendimiento ejecutivo y bienestar de las personas. Trabajando y desarrollando varios programas personalizados.

2007 - Actualidad

CEO Fundador • Centro de pilotaje Adán Racing



AR MENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL
ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

2007 - Actualidad

Entrenador de pilotos de motociclismo de base • Físico, Técnico y Mental

• **Centro de pilotaje Adán Racing**

2010 - 2014

Preparación de piloto campeón del mundo de 125cc • Mundial de motociclismo de Moto2 • Centro de pilotaje Adán Racing • Técnicas utilizadas: Biofeedback, Neurofeedback, Coaching, NeuroTracker, diseño y elaboración de tareas específicas psicológicas personalizadas

2012 - Actualidad

CEO Fundador • Proyecto de Centro de alto rendimiento mental AR MENTAL

2012 - Actualidad

Entrenador con Biofeedback, Neurofeedback y NeuroTracker • Mejora del rendimiento deportivo y ejecutivo • Centro de alto rendimiento mental AR MENTAL

2013 - Actualidad



AR MENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL
ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

Dirección y asesoramiento a centros de alto rendimiento de motociclismo en Rusia • Centro deportivo de coches y motos ACADEMIA • Centro de alto rendimiento mental AR MENTAL

2015 - 2016

Taller de control de emociones para padres de jóvenes deportistas y de elite • Centro de pilotaje Adán Racing

2015 - 2016

Preparación técnica y mental de piloto de MotoGP • Mundial de motociclismo de MotoGP • Centro de pilotaje Adán Racing • Técnicas utilizadas: Biofeedback, Neurofeedback, Coaching, NeuroTracker, diseño y elaboración de tareas específicas psicológicas personalizadas

2016 - Actualidad

Entrenamiento con el líder de la empresa EGATRAN • Centro de alto rendimiento mental AR MENTAL • Técnicas utilizadas: Neurofeedback, Biofeedback, NeuroTracker, Coaching y Mindfulness

2017 - Actualidad



AR MENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL
ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

Entrenamiento con los líderes de la empresa Grupo Ureka • Centro de alto rendimiento mental AR MENTAL • Técnicas utilizadas: Coaching, Neurociencia, Biofeedback y Mindfulness

2017 - Actualidad

Formar parte de una empresa de referencia especializada en la gestión de la seguridad y del riesgo laboral • Centro de alto rendimiento mental AR MENTAL • Martin Brainon

2017 – 2018 - Actualidad

Entrenamiento con tenistas del centro de tecnificación Alcalá de Henares
• Centro de alto rendimiento mental AR MENTAL • Técnicas utilizadas: Biofeedback, Neurofeedback, Visualización y NeuroTracker

2017 - 2018

Entrenamiento con bailarines profesionales de Madrid • Centro de alto rendimiento mental AR MENTAL • Técnicas utilizadas: Biofeedback, Neurofeedback, Visualización y NeuroTracker



AR MENTAL

CURSO-TALLER BÁSICO DE **BIOFEEDBACK** PARA EL ALTO RENDIMIENTO (PEAK PERFORMANCE) Y BIENESTAR (WELLNESS)

2019 - 2020

Creación, organización e impartición del Curso Taller Básico de Introducción al Estrés y Bienestar (Wellness) de AR MENTAL.

Creación, organización e impartición del Curso Taller Avanzado para el Alto Rendimiento (Peak Performance) y Bienestar (Wellness) de AR MENTAL.

2020 -2021 - actualidad

Creación, organización e impartición del Curso Taller Básico/Avanzado para el Alto Rendimiento (Peak Performance) y Bienestar (Wellness) de AR MENTAL.

Miembro de la junta directiva de SEBINE (sociedad española de biofeedback y Neurofeedback)

Entrenador de campeón del mundo de ultrafondo.

Evaluaciones a futbolistas y jugadores de baloncesto profesionales.

Ponente en el acto empresarial más importante de España, Congreso Internacional de prevención y seguridad industria 4.0. Divulgar y dar a conocer el Biofeedback como opción de futuro para la medición y gestión del estrés y el bienestar en las organizaciones

Creación de la evaluación HRV30AR para el análisis y la planificación.