

VI Ciclo de Conferencias

CHATEANDO CON LA CIENCIA

octubre 2021 - junio 2022



Universidad Zaragoza



Maite Torres Terry es psicóloga deportiva certificada, profesora en diversas Universidades y CEO de su empresa "flowandgrow Mental-Coachina S.L."

Psicología y Deporte: Las claves mentales de RAFA y cómo aplicarlas en tu día a día.

El mundo entero ha sido testigo del éxito épico de Rafael Nadal, que el pasado 30 de enero consiguió su 21 título de Grand Slam y con ello sobrepasar a Roger Federer y Novak Djokovic en número de Grand Slam ganados. En esa gran Final del Australian Open contra Daniil Medvedev, 10 años más joven, consiguió remontar dos sets contra un adversario que estaba desplegando su mejor tenis. El partido fue de los mejores de la historia del tenis, con más de 5 horas de duración. A eso se unió que Rafael Nadal había tenido que superar un golpe de calor que le tuvo en jaque en semifinales y, 6 meses antes de jugar en Australia, había estado lesionado, obligado a caminar en muletas y sin saber si podría volver a competir a tan alto nivel. Ante tantas adversidades Rafa hizo gala de una Fortaleza Mental de la que muchos se preguntan a cerca de su origen. Rafa inspira a millones en el mundo a saber que todo es posible. Todo lo relacionado con Rafael Nadal parece sobrehumano y muchos nos preguntamos ¿cuál es la clave mental de su éxito? ¿Puedo yo también

sacar mi máximo potencial como lo hace él ante situaciones complicadas? La respuesta es SÍ. La Prof^a. Maite Torres explica en esta conferencia el gran secreto de la fuerza mental de Rafael Nadal para poder aplicarlo en tu vida diaria.

Día: **miércoles** 16
de febrero de 2022

Hora: 19:00

Vídeo-conferencia

Código de acceso:

solicitar a

palacio@unizar.es

antes del 15/2

**Acceso restringido a 100
participantes**

La Prof. Dra. **Maite Torres Terry** es psicóloga deportiva certificada y experta reconocida internacionalmente en el campo del entrenamiento mental y mental-coaching. Ha trabajado con jugadoras Fed Cup, jugadores ATP/WTa y entrenadores como Jofre Porta, que entrenó a Carlos Moyá y Rafael Nadal. En su "Success-Power-Program", incluye toda su experiencia personal y profesional. Con este programa no sólo apoya a jóvenes promesas del tenis, jugadores del circuito profesional WTA y ATP, jugadores de tenis en silla de ruedas y a entrenadores de tenis, si no también a muchos otros deportistas profesionales en distintas disciplinas olímpicas a nivel internacional.

Es profesora de "Psicología del deporte en alto rendimiento" en diferentes universidades e institutos en Alemania, Iberoamérica y España como la Universidad Autónoma de Madrid. Lleva más de 15 años con empresa propia, "flowandgrow Mental-Coaching S.L.", haciendo asesoría y coaching de deportistas de alto rendimiento y talentos deportivos. Como Psicóloga y entrenadora mental, ha ayudado a más de 1.000 atletas y entrenadores de élite a alcanzar rendimiento máximo en competición y éxito duradero.

Además, tiene las siguientes cualificaciones adicionales:

- Coach Contextual ®- y Entstrickungscoach según Craemer
 - Coach Wingwave® para la solución eficaz de bloqueos emocionales
 - Entrenadora reconocida por la Seguridad Social en Alemania en manejo de estrés, Relajación Muscular Progresiva de Jacobson(PMR) y Entrenamiento Autógeno de Schultz (AT)
 - Coach de Resiliencia y Brian-Trainer formada en la AHAB-Akademie de Berlín.
- Ha participado en diferentes proyectos de investigación de la Universidad de Leipzig y tiene más de una decena de publicaciones especializada en tenis sobre los factores de éxito en tenis.



INSTITUTO DE NANOCIENCIA
Y MATERIALES DE ARAGÓN