

## **Juan Martínez, fisioterapeuta deportivo, crea la nueva profesión de Coach en Salud Deportiva con su metodología ‘Balancing Coaches™’**

**A través del método Balancing Coaches™, que se enmarca dentro del Programa Equilibra, tiene como objetivo eliminar el desgaste físico y mental que se produce en entrenadores y técnicos deportivos para ayudarles a conseguir sus objetivos**

El mundo del deporte es cada vez más exigente y los entrenadores y técnicos deportivos están sometidos cada vez a una mayor presión. Dentro de este contexto, Juan Martínez fisioterapeuta y Health Coach, ha creado el método Balancing Coaches™, también conocido como coaching de salud deportiva. El objetivo es eliminar las consecuencias negativas que la presión y exigencia provocan en ellos y mejorar sus habilidades personales para permitir que puedan disfrutar al máximo de la profesión conciliando vida personal y profesional.

El método se basa en cuatro pilares fundamentales sobre los que se trabaja para conseguir el objetivo deseado y marcado previamente: alimentación, ejercicio, sueño y mente. Cómo el propio Juan cuenta: “nada va a impactar más positivamente en el rendimiento de un entrenador y por tanto en sus resultados deportivos, que trabajar con él integralmente. Ayudarles a desarrollar un cuerpo sano y en forma para soportar mejor los desafíos y desarrollar una mente con las habilidades que le permitan ser más eficiente bajo presión les conduce a lo que realmente quieren, que es disfrutar al máximo de lo que hacen”.

Para poder trabajar cada uno de los pilares básicos, Balancing Coaches™, cuenta con un equipo formado por profesionales especializados en el sector: un fisioterapeuta y dietista, una psicóloga, un médico y un licenciado en CAFD, que se desplazan al lugar donde se encuentra el entrenador o cuerpo técnico que contrate el servicio, para poder implementar el método en 4 días y, posteriormente, realizar un seguimiento online durante el resto de la temporada.

Dentro de las posibilidades que se ofrecen, existe la opción de realizar el programa de forma individual o en grupo, integrando a la totalidad del cuerpo técnico. Esta última opción responde al interés por optimizar sus relaciones, y el impacto de ello en el rendimiento individual y grupal.

El programa Balancing Coaches™ también incluye:

Una entrevista de personalización sin coste y sin compromiso dónde se definen objetivos, detectan limitaciones y se establece un plan de acción personalizado.

Analíticas, test iniciales y de control que incluye un test de telómeros pre y pos, registro y análisis cronobiológicos en 2-3 ciclos de al menos 4 días, parámetros cardiometabólicos personalizados y

antropometrías pre y controles.

Entre algunos de los entrenadores que han trabajado con Juan Martínez y avalan su buen hacer destaca Javi Gracia, entrenador de fútbol profesional, que afirma que “Juan coordinó los servicios médicos en mi etapa en Rusia. Hizo un trabajo impecable en unas condiciones difíciles. Nuestra exigencia es máxima y la propuesta integral de Balancing Coaches™ sin duda puede ayudar a muchos entrenadores en su día a día.”

#### Sobre Juan Martínez

Juan Martínez es fisioterapeuta y dietista deportivo. Ha trabajado en varios clubes de primer nivel como el Celta de fútbol y fútbol sala. Además ha sido coordinador de los servicios médicos del club ruso Rubin Kazan. También tiene experiencia en otros deportes, ha colaborado con la Selección Española de Marcha y trabajado con muchos deportistas de rendimiento olímpicos y mundialistas.

#### **Datos de contacto:**

Juan Martínez  
www.juan-martinez.es  
611179461

Nota de prensa publicada en: [Vigo](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Nutrición](#) [Fútbol](#) [Medicina alternativa](#) [Otros deportes](#)

---

**NotasdePrensa**

<http://www.notasdeprensa.es>