



Xesco Espar: la gestió de les emocions, clau en el salt de juvenil a amateur

COMITÈ ENTRENADORS | 22/04/2020

L'FCF entrega per capítols les ponències del Dia de l'Entrenador, amb el millor contingut en obert a càrrec dels tècnics de primer nivell del futbol català.



La Federació Catalana de Futbol publica aquest dimecres una nova **entrega per capítols de les ponències del Dia de l'Entrenador**. En una iniciativa conjunta de l'Escola Catalana d'Entrenadors i el Comitè Tècnic d'Entrenadors, l'FCF posa a disposició del col·lectiu d'entrenadors de casa nostra i del públic en general **contingut exclusiu en obert a càrrec de tècnics del futbol català a l'elit**, per poder aprofundir en el coneixement de la direcció d'un equip des de la banqueta.



En aquest cas, l'FCF recupera la ponència ***'Gestió emocional en el camí cap a un equip amateur'***, que va oferir el tècnic **Xesco Espar** en el 8è Dia de l'Entrenador, celebrat el 15 de novembre de 2019 a Barcelona. Amb un to didàctic, planer i directe, l'expert en alt rendiment va tractar la importància de gestionar les emocions en el salt des de la categoria juvenil cap a amateur, a més de les claus per mantenir-se a l'elit o assolir l'èxit, i reflexions entorn al fracàs o la formació acadèmica.





Com a entrenador principal, Xesco Espar (Barcelona, 1963) compta en el seu palmarès amb una Copa d'Europa (2004-2005) i una Lliga ASOBAL (2005-2006), entre d'altres títols en la seva etapa a la banqueta del FC Barcelona d'handbol. Així mateix, és professor de l'INEFC de Barcelona des de 1991, autor de dos exitosos llibres, i també treballa com a consultor de clubs esportius professionals, com ara el Southampton FC o el CD Leganés.





També pots recuperar la ponència del Dia de l'Entrenador:

- **Sergio González: "El procés de creixement d'un entrenador"**

VÍDEO PORTADA