



Rivilla García, Jesús

DOCENTE / INVESTIGADOR / ENTRENADOR

Mis ejes: vivir intensamente, crecer sin plazo, decidir con valores, retarse sin límites y plantar ideas

RESUMEN FORMACIÓN / TÍTULOS

- Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (U.P.M.)
- Master Dirección y Gestión de RR.HH.
- Técnico Superior en Coaching Deportivo
- Experto Nutrición y Planificación Dietética
- Entrenador Nacional de Musculación y Balonmano, + 4 Cursos Técnico Deportivo
- 12 Cursos vinculados al Entrenamiento
- **Actualización: última formación en 2013**

LÍNEAS DE FORMACIÓN PRIORITARIAS



- Coaching y Psicología del Liderazgo
- Entrenamiento Físico y Mental
- Prevención de Lesiones
- Nutrición / Dietética
- Balonmano

EXPERIENCIA DOCENTE Y PONENCIAS

- Más de **1500 h.** de docencia impartida en:
- Dirección/ Docencia Cursos Entrenamiento Personal, en Suspensión y Clases Dirigidas
 - Licenciatura/Grado en Ciencias de la Act. Física y del Deporte (INEF-Madrid)
 - Máster Oficial CAFYD (U..P.M.)
 - Cursos de Postgrado Universitarios
 - Cursos de Entrenadores Deportivos
 - Seminarios y Ponencias en Congresos, Jornadas, Eventos, Clinics,...

ESPECIALIZACIÓN DOCENTE / PROFESIONAL

- Entrenamiento Personal*, Entrenamiento Inestable (Suspensión) y Clases Dirigidas
- Tecnificación / Rendimiento Deportivo*
- Prevención de Lesiones
- Dirección Equipos



ACTIVIDAD PROFESIONAL NO DOCENTE

- Más **15 años** de experiencia como **entrenador personal**: planes individualizados de entrenamiento, nutrición y suplementación
- **Preparador Físico** del Balonmano Ciudad Real, elegido mejor equipo del mundo
- **Entrenador** de 1ª División Nacional
- **Seleccionador** Regional Promesas
- Técnico en concentraciones de la **Selección Nacional Promesas** balonmano





PUBLICACIONES Y CREACIÓN

- Creación, diseño y expansión del Sistema de Entrenamiento **Body Core™**, con registro de marca y propiedad intelectual
- Publicación de **2 libros** completos
- Participación en **4 capítulos** de libro
- Creación de materiales docentes para la enseñanza superior

DATOS DE CONTACTO

jesus.rivilla@upm.es
 @JesusRivilla
 facebook.com/jesus.rivillagarcia
 www.bodycore.es

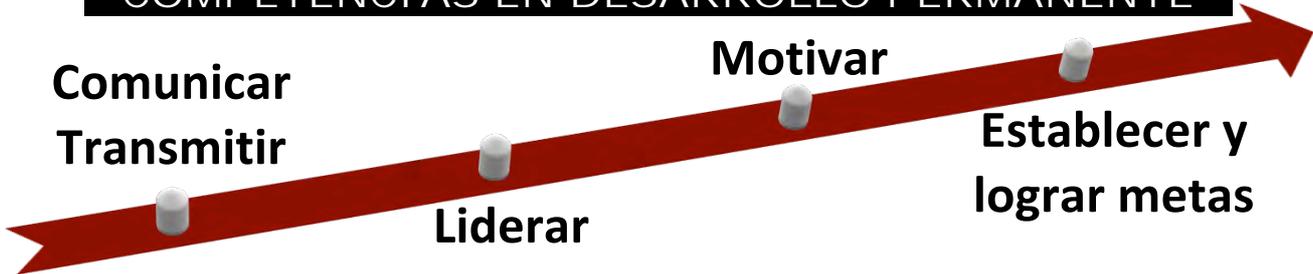
TEMAS DE PUBLICACIÓN/INVESTIGACIÓN

- Entrenamiento Físico y Deportivo**
- Tics y recursos multimedia en la enseñanza y aprendizaje de los deportes
 - Influencia de la toma de decisiones en la condición física específica

ACTIVIDAD INVESTIGADORA

- Publicación de más de 20 artículos en revistas científicas indexados (JCR, DICE,...)
- 12 proyectos de **innovación educativa**
- 6 proyectos de **investigación I+D+i y CSD**.
- **Premio al "Joven Investigador"** en 6th International Scientific Conference on Kinesiology (Opatija, Croacia)
- Revisor en 3 revistas científicas.

COMPETENCIAS EN DESARROLLO PERMANENTE



ME OBSESIONA...

- Sentir, pensar, decir y hacer en la misma dirección; que existe coherencia entre lo que digo y lo que hago; pensar lo que digo y decir lo que pienso;
- Que las cosas secundarias no interfieran en las que realmente importan;
- Dedicar tiempo a reflexionar sobre donde estoy y hacia dónde voy;
- Entrenar con base en las evidencias científicas actuales