



# Nadalízate

**Juan Carlos Cubeiro Villar, Leonor Gallardo**

Aprende del mejor deportista español de la historia cómo sacar lo mejor de ti

Solemos admirar a las personas que triunfan, envidiando su éxito desde la distancia, pero pocas veces tenemos la ocasión de conocer los hábitos que los han llevado a lo más alto. Esto es lo que te ofrece este libro: un análisis profundo y detallado de las estrategias del mejor deportista español de la historia, para que puedas enfrentarte a la vida con las tácticas de Rafa Nadal.

Los autores compilan las rutinas y prácticas de entrenamiento mental del campeón, poniendo a tu alcance la fórmula de su éxito. Un método presentado de forma clara y con una sólida base científica, pues cada uno de los hábitos que se recogen está avalado y desarrollado por especialistas en la materia: filósofos, pedagogos, médicos, psicólogos... Además, se incluyen testimonios de incalculable valía, como los de Toni Nadal o el propio Rafa.

Pasión, constancia, coherencia, gratitud, esfuerzo, equipo... un método que te permitirá generar y mantener hábitos para aprovechar al máximo tu potencial y diseñar tu futuro. Nadalízate y saca partido a todos los recursos de tu interior, porque tú también los tienes.

Rafa Nadal no nos enseña a ganar trofeos, sino a relacionarnos de forma constructiva con nosotros mismos y con los demás, a respetar al rival y a perseguir nuestros objetivos con perseverancia. Aplica las claves de su entrenamiento en tu día a día y alcanza la excelencia en todas las facetas de tu vida.

**Fecha de publicación:**  
11/01/2023

**Sello Editorial:**  
Alenta Editorial

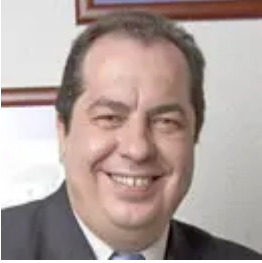
## Contacto de prensa

**Nombre:** María José Bertrán

**Email:** mjbertran@planeta.es

**Nombre:** Júlía Llaó

**Email:** julia.llao@planeta.es



## Juan Carlos Cubeiro Villar

**Juan Carlos Cubeiro** (Madrid, 1964) es considerado uno de los mejores expertos españoles en desarrollo del talento, liderazgo y coaching para profesionales. Ha dirigido proyectos de consultoría estratégica para más de trescientas compañías, siendo el 80 por ciento grandes empresas españolas.

Es Head of Talent de ManpowerGroup y CEO de Right Management. Ha sido profesor de Liderazgo y Dinamización de Equipos en la Universidad de Deusto durante los últimos doce años, así como de Desarrollo de Talento y Liderazgo en Fundesem y en ESIC Business & Marketing School. Actualmente, es director del MPA y de la Escuela Superior de Coaching en San Pablo-CEU, presidente de Honor de la Asociación Española de Coaching (AECOP) y presidente del Instituto Europeo de Gestión de la Diversidad en España. Y, también, miembro del Consejo Asesor y Mentor del Área de Coaching de Human Age Institute.

Sus conferencias ofrecen una perspectiva única sobre la gestión del talento y el liderazgo que bebe de su experiencia profesional y de su faceta de profesor e investigador. Es ponente internacional y autor de más de cuarenta libros, entre ellos la trilogía de La sensación de uidez y los libros *La Roja*, *Liderazgo Guardiola*, *Mourinho versus Guardiola*, *Por qué necesitas un coach* y *Del capitalismo al talentismo*. Además, su blog *Hablemos de talento* es toda una referencia en el mundo del liderazgo.



## Leonor Gallardo

**Leonor Gallardo Guerrero** es catedrática en Gestión Deportiva y Vicerrectora de Coordinación, Comunicación y Promoción de la Universidad de Castilla-La Mancha (UCLM). Es la IP del grupo de investigación competitivo IGOID y CEO de la Spin-Off IGOID-SPORTEC. Ha publicado decenas de artículos en revistas internacionales y más de cuarenta libros en editoriales científicas. Recibió el Premio Consejo COLEF 2021 por su influyente trayectoria en la dirección y gestión deportiva, siendo la segunda mujer galardonada en 40 años por el Consejo General de la Educación Física y Deportiva.