



26 de febrero de 2025.

## **“Workshop AUTODESCUBRIMIENTO – DESCUBRE TU POTENCIAL”**

Con el objetivo de apoyar a nuestros atletas, nos complace informarles sobre la próxima capacitación que la Comisión de Atletas de Panam Sports ofrecerá de manera gratuita junto con el Comité Olímpico Internacional: **Workshop AUTODESCUBRIMIENTO – DESCUBRE TU POTENCIAL.**

Los talleres de Autodescubrimiento ayudan a los atletas a crecer y desarrollar una comprensión de sí mismos, y potenciar sus decisiones profesionales. Están abiertos a todos los atletas de nivel élite mayores de 16 años y los llevarán a través de un viaje de autorreflexión. A través del taller los atletas explorarán sus fortalezas, impacto, personalidad, intereses, habilidades, valores y motivaciones; aumentarán su autoconocimiento, confianza, autoestima y capacidad de liderazgo; conocerán palabras clave para construir su currículum y para entrevistas; reconocerán los rasgos, experiencias, valores y habilidades que aprendieron como atletas, y cómo hacerlos parte del mundo laboral y a aspectos más amplios de la vida.

Por este motivo le pedimos su valiosa ayuda para promocionar e invitar a los atletas que deseen participar de este taller. Los interesados deben inscribirse enviando la información solicitada al siguiente correo: [emilio@panamsports.org](mailto:emilio@panamsports.org)

*\*La fecha límite para inscribirse es el 5 de marzo de 2025.  
El cupo máximo de participantes es de 30. Los primeros 30 en enviar la documentación en tiempo y forma obtendrán su lugar.*

### **CARACTERÍSTICAS:**

- **Fecha y hora:**
  - Martes 11 de marzo – 16:00 hrs (Miami) – duración: 2 hrs
  - Jueves 13 de marzo – 16:00 hrs (Miami) – duración: 2 hrs
  - Martes 18 de marzo – 16:00 hrs (Miami) – duración: 2 hrs
  - Jueves 20 de marzo – 16:00 hrs (Miami) – duración: 2 hrs
- **Público objetivo:** Atletas.
- **Ponente:** Facilitadores del COI
- **Duración:** 4 sesiones de 120 minutos cada una.
- **Modalidad y horario:** Capacitación en línea, en tiempo real.

- **Enlace:** Lo recibirá cada participante en el correo que hayan registrado
- **Idioma:** Inglés
- **Gratuito**

**DATOS QUE DEBEN ENVIARSE PARA LA INSCRIPCIÓN:**

- Carta/comunicación de su Comité Olímpico Nacional incluyendo los siguientes datos:
  - Nombre completo del/de la atleta
  - Edad y lugar de nacimiento
  - Disciplina
  - Correo electrónico
  - Comité Olímpico Nacional y Federación a la que pertenece
  - Últimas tres competencias en las que participó
  - Breve texto sobre por qué les interesa el taller



**JIMENA SALDAÑA**  
Secretaria General/CEO  
Panam Sports