



# SERVICIO DE ENTRENADOR PERSONAL

José María  
Guerrero  
Torvisco

# ¿QUIÉN ES JOSÉ MARÍA GUERRERO?

## **JOSÉ MARÍA GUERRERO,**

Nació en Barcelona el 15 de enero de 1977.

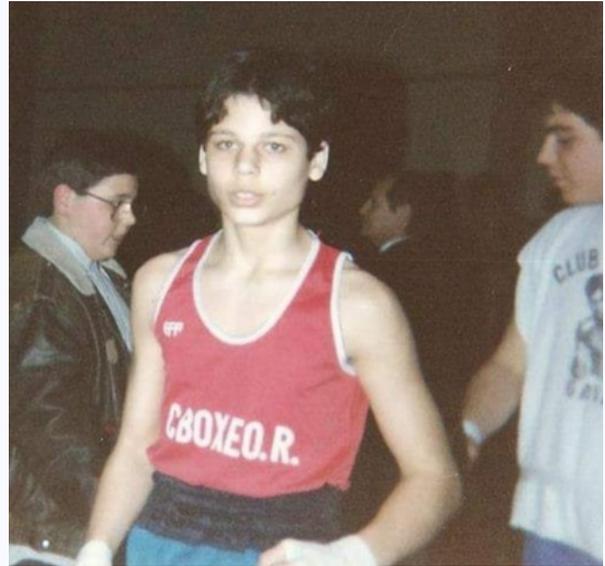
Con 13 años, en mayo del 1990, empezó a entrenar boxeo, y a los dos meses de empezar realizó su primera exhibición. En total realizó 15 exhibiciones antes de debutar como luchador.

A la edad de 16 años se proclamó campeón de Cataluña, y en el mismo año, en el 1993 consiguió la medalla de plata en los campeonatos de España junior.

## **CON LA EDAD DE 17 AÑOS,**

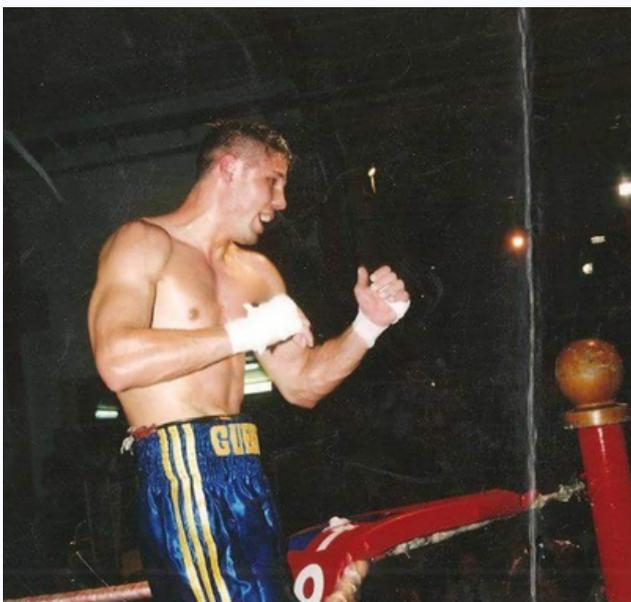
siendo aún boxeador junior, consiguió la medalla de oro de los campeonatos de España senior en el año 1994.

Los éxitos de José María guerrero se convertirían en éxitos internacionales gracias a la medalla de plata conseguida en el torneo de Lisboa.



En 1996, se clasifica para ser el boxeador español que optara para clasificarse a los juegos olímpicos de Atlanta en la categoría de 71kg, en el campeonato de Europa de Copenhague del mismo año.

El no clasificarse para las olimpiadas, junto con la muerte de su padre, el mismo año olímpico, el mismo día que comenzaban las olimpiadas, le hacen tomar la decisión de abandonar el equipo nacional, después de 3 años en él, y dar el paso al profesionalismo.



En 1997, debuta como profesional ante Marcos Muñoz, enlazando un total de 19 victorias consecutivas, logrando, el cinturón de campeón del mundo hispano del peso supermedio, al vencer por KO al colombiano Ricardo Simarra. Esto le hace ocupar la duodécima plaza de las listas del WBC, y la décima del ibf, del peso supermedio.

Se rompe su invicto en Salamanca, donde hace combate nulo ante Xavi Moya.

Y tras 9 meses sin boxear, en el campeonato de la unión europea del peso supermedio en Alemania, ante Mario Veit, llega su primera derrota profesional por puntos.

A los 28 años, el promotor, Rubén Solé, le propone volver a boxear para disputar el campeonato de España profesional del peso supermedio. Después de 4 combates, se corona monarca nacional del peso supermedio, venciendo por KO técnico a Antonio López en el noveno asalto.



En su siguiente combate, pierde antes del límite ante el georgiano Mamuka, y vuelve a colgar los guantes.

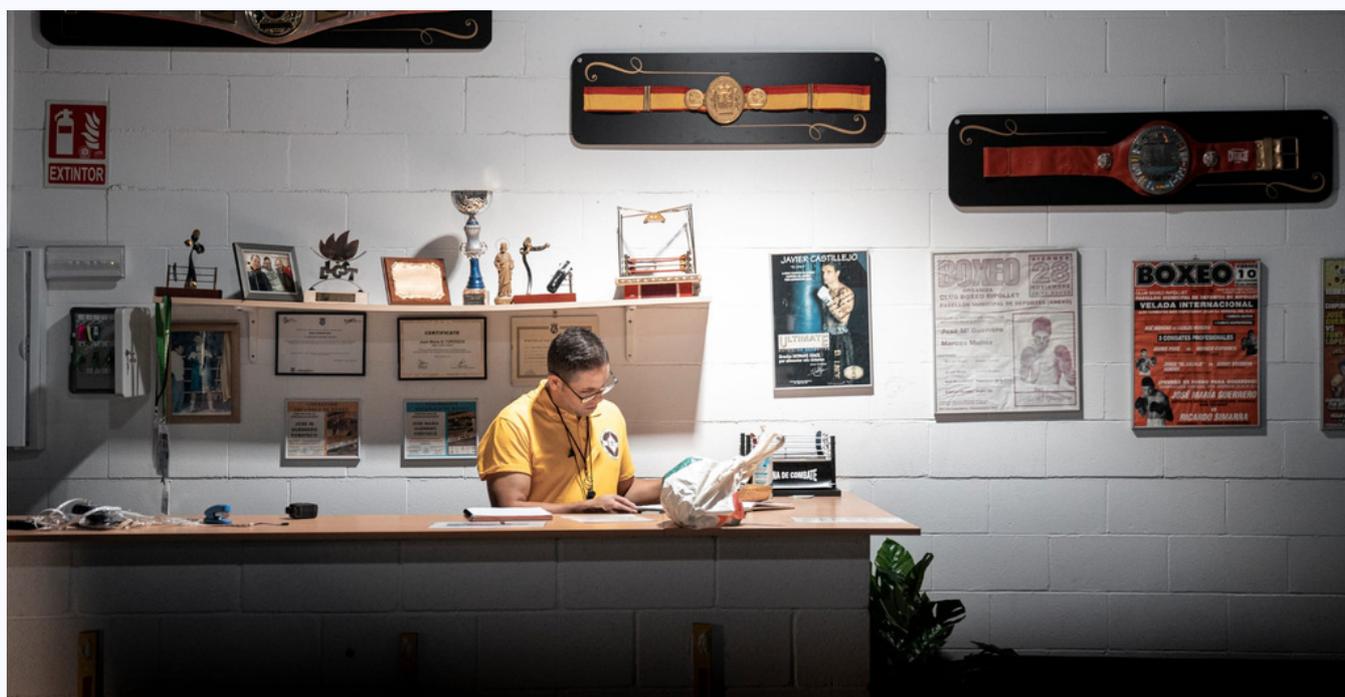
Al colgar los guantes, monta su propio gimnasio, Zona De Combate, y después de 4 años sin boxear, vuelve a hacerlo para proclamarse campeón de Cataluña profesional del peso supermedio, ante Juan Carlos Muntaner.

Y después de 3 combates más, con otras 3 victorias, le llega la oportunidad que tanto esperaba, se media en Alemania ante el excampeón mundial WBO semipesado Juergen Brachmer, perdiendo en el cuarto asalto por decisión médica.

A los 3 meses, en mayo de 2012, le ofrecen disputar el campeonato de la unión europea del peso supermedio en Cerdeña (Italia), ante el campeón Ali Endiaye. Y tras 9 asaltos donde se veía incapaz de encontrar a su rival, opta por no salir en el décimo asalto.

Ese sería su último combate, dejando un legado de 34 combates profesionales, con 4 derrotas, 1 combate nulo, y 29 victorias.

Ahora entrenador 1 estrella AIBA de boxeo, vive con la ilusión de enseñar todo lo que él ha aprendido a sus chicos, en los 22 años que ha estado encima de los rings.



# ¿QUÉ OFRECEMOS?



## CLASES PERSONALES

Como campeón de boxeo español, José María Guerrero ofrece servicios de clases particulares y en grupo en gimnasios y clubs. Durante las clases, los asistentes tendrán la oportunidad de mejorar su técnica de boxeo y su condición física, mientras aprenden técnicas defensivas y movimientos de boxeo.

En estas sesiones se trabajará la parte táctica técnica del boxeo y además se trabajará una parte más personal en la que se podrá liberar el estrés y aumentar la autoconfianza, consiguiendo así tener un impacto positivo en el bienestar mental y físico de los usuarios.

Ofrecer estas clases en su centro deportivo puede atraer a nuevos clientes y proporcionar a sus usuarios una experiencia única y beneficiosa en el mundo del deporte y el fitness.

# ¿QUÉ OFRECEMOS?

## PREPARACIÓN FÍSICA Y TACTICO-TÉCNICA

La parte táctica-técnica de una clase de boxeo consiste en enseñar y mejorar la técnica de los golpes, la postura, el movimiento y la defensa.

A través de ejercicios específicos y entrenamiento repetitivo, los usuarios pueden mejorar su precisión, velocidad y potencia en los golpes, mientras desarrollan la habilidad de esquivar y bloquear golpes de manera efectiva.

Los beneficios que se pueden obtener al practicar la parte táctica-técnica del boxeo incluyen mejorar la coordinación, la resistencia, la fuerza y la agilidad. Además, el boxeo es una excelente forma de liberar el estrés y aumentar la confianza en uno mismo.

En la preparación táctica de una clase de boxeo impartida por José María Guerrero, se trabajaría en una serie de aspectos que son fundamentales para el éxito en este deporte



Primero, se realizaría un calentamiento adecuado y se pondría especial atención en la técnica de los movimientos básicos, como el jab, el gancho y el uppercut.



A continuación, se entraría en la fase táctica de la clase, en la que se trabajarían aspectos como la defensa, el contraataque y la estrategia de pelea.



José María Guerrero analizaría los movimientos del oponente y enseñaría a los alumnos a leer y anticipar los golpes del rival.

Se pondría especial énfasis en la importancia de la guardia y de la movilidad, y se practicarían diferentes técnicas de esquivar, bloqueo y desplazamiento. También se trabajarían diferentes estrategias de pelea, dependiendo del estilo y las características del rival. Por último, se realizaría una fase de enfriamiento y estiramiento, para prevenir lesiones y mejorar la recuperación muscular.

En resumen, una clase táctica técnica impartida por José María Guerrero se centraría en la mejora de la técnica, la defensa y la estrategia de pelea, con el objetivo de preparar a los alumnos para afrontar con éxito cualquier combate.

# ¿A QUIÉN NOS DIRIGIMOS?



El servicio de entrenador personal de boxeo de José María Guerrero está dirigido a gimnasios y centros deportivos que deseen ofrecer a sus usuarios clases personalizadas de alta calidad.

Los colaboradores de estos centros podrán contar con la experiencia y formación de José María Guerrero, campeón de España de boxeo y entrenador profesional. Además, este servicio les permitirá ofrecer un valor añadido a sus clientes, quienes podrán mejorar su técnica y estrategia en este deporte con un entrenador personalizado.

José María Guerrero se enfoca en la preparación táctica y técnica para asegurar un entrenamiento de alta calidad.

# INFORMACIÓN ADICIONAL

## SITIO Y TARIFAS

El servicio de entrenador personal de boxeo de José María Guerrero se realizará a domicilio en la provincia de Barcelona. Con este servicio, José María Guerrero brinda la posibilidad de que sus clientes disfruten de clases personalizadas de boxeo en la comodidad de su gimnasio, club o local.

### PARA PARTNERS:

- PRECIOS: 30€/ HORA + 0,20€ de kilometraje (50€ de PVP)

### CLASES PERSONALES DE DOS PERSONAS:

- PRECIOS: 50€/ HORA + 0,20€ de kilometraje (70€ de PVP)

Si deseas contratar un pack de 10 sesiones, recibirás una sesión adicional de regalo.



## INFORMACIÓN DE CONTACTO



**NÚMERO DE TELÉFONO**

691 115 092



**CORREO ELECTRÓNICO**

info@zonadecombate.es



**SITIO WEB**

zonadecombate.es



**REDES SOCIALES**

@zonadecombateripollet

