

SERVICIOS DE  
PREPARACIÓN FÍSICA  
Y PADEL

**ENTRENA A LA CARTA**

Carretera Galar, Navarra 31191

675690895

[www.entrenalacarta.com](http://www.entrenalacarta.com)



entren  lacarta



## Guillermo Moreno Mañeru

19 / 12 / 1987 Pamplona

675 69 08 95

guillermomoreno87@hotmail.es

C/ Tajonar 57, esc.2 - 2º B (31006) - Pamplona (Navarra)

## Formación Académica

---

- 2009 – 2010** Diplomado en Magisterio de Educación Física – Univ. Camilo José Cela
- 2009** Entrenador Nacional de Fútbol (Nivel III). Federación Española de Fútbol - Las Rozas
- 2005 – 2009** Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte – Univ. Camilo José Cela

## Experiencia

---

- 2016** Profesor del certificado de profesionalidad para monitor de ocio y tiempo libre
- 2013 – actual** Entrenador Universidad de Navarra – Primera Regional
- 2012 – actual** Formador de certificados de profesionalidad (Academia Eva Espuelas)
- Nivel estatal: Animación físico deportiva y recreativa (Nivel III)
  - Gobierno de Navarra: Operaciones auxiliares en instalaciones deportivas (Nivel I)
- 2012 – actual** Profesor de Técnico Deportivo y Técnico Deportivo Superior (Fútbol – Ceneded Pamplona)
- 2011 – actual** Empresario “Entrena a la carta”, gestión de clubes deportivos
- 2009 – actual** Monitor de padel – CD Natación, Club Tenis, Esquiroz, Orcoyen, Cordovilla
- 2009 – 2011** Preparador físico fútbol CD Iruña – 3ª División
- 2010** Profesor Educación Física – Colegio Escolapios-Calasanz

## Otra Información

---

### Idiomas

Inglés



E.O.I. Nivel B1 Marco Común Europeo

First Certificate English

## Otros Datos

---

- Vehículo propio. Permiso de conducir B
- Características personales: Buen comunicador, trabajo en equipo, comprometido y trabajador
- Hobbies: Montañismo, deportes, lectura, relaciones sociales, viajes



## Iñigo Laspalas Irujo

07 / 12 / 1991 Pamplona

636 67 97 58

irujo13@gmail.com

Paseo García de Nájera 6 7º (31008) - Pamplona (Navarra)

## Formación Académica

---

- 2012 – 2016** Grado de Ciencia de la Actividad Física y del Deporte. Especialidad: Entrenamiento Deportivo en alto rendimiento – Universidad de Lleida
- 2015** Título Juez Árbitro de Padel FEP
- 2013** Técnico de centro de Tecnificación de Menores – Gobierno de Navarra
- 2008 – 2010** Bachillerato – Instituto Navarro Villoslada
- 2009** Monitor Nacional de Padel
- 1994 – 2009** Infantil y Educación Secundaria – Colegio San Juan de la Cadena

## Experiencia

---

- 2015 – actual** Monitor de preparación física – Entrena a la Carta
- 2015 – actual** Preparador físico C.D. Teresiano Fútbol Sala – Segunda juvenil
- 2015 – actual** Monitor de pádel – Escuelas municipales de Pamplona
- 2015** Monitor de padel – Club Natación, Covaresa siglo XXI, Complejo deportivo villaba
- 2014 – 2015** Preparador físico C.D.Ardoi – Segunda Cadete
- 2014** Monitor preparación física y entrenamientos personales – Gimnasio Ekke (Lleida)

## Otra Información

---

### Idiomas

Inglés ★★★★★

Euskera ★★☆☆☆

## Otros Datos

---

- Vehículo propio. Permiso de conducir B
- Características personales: Activo, extrovertido
- Hobbies: Padel, ciclismo, deportes colectivos, surf, tecnologías

## Y TAMBIÉN...

Fermín Eransus Archel: INEF + Master en biociencias aplicadas a la prevención, readaptación y rehabilitación de lesiones funcionales deportivas. (Universidad Católica de Valencia, 2016)

## COLABORAN CON NOSOTROS

### **Servicio de fisioterapia**

María Del Villar Arróniz

Número de colegiado: 471

Teléfono: 676 23 16 27

### **Servicio de nutrición**

### **OPOSICIONES (PRUEBAS FÍSICAS)**

Prepara con nosotros las pruebas físicas para las oposiciones de policía y bombero. Un entrenamiento específico enfocado a lograr gran destreza en el desarrollo de estas pruebas. Disponemos de los materiales reglamentarios utilizados para los exámenes en las oposiciones para ofrecerte el escenario más real posible al momento crucial del examen.

---

### **ENTRENAMIENTOS PERSONALES**

Preparamos entrenamientos a tu medida. Nos adaptamos a ti para ofrecerte sesiones diseñadas exclusivamente basadas en tus demandas para que puedas lograr los resultados esperados. Sólo dinos cuáles son tus objetivos y qué aspectos quieres trabajar y nosotros prepararemos tu plan de entrenamientos personalizados.

---

### **PREPARACIÓN FÍSICA EN GRUPOS**

Formamos grupos que tengan las mismas ambiciones físicas para que las sesiones sean compartidas, interactivas y dinámicas. Cada grupo cuenta con un número no muy amplio de participantes de modo que en todo momento la atención del monitor esté disponible para quien la solicite. Entrena en grupo, valora tus progresos y haz de las sesiones un momento para compartir.

---

### **RECUPERACIÓN DE LESIONES**

¿Has tenido una lesión y quieres volver a coger el ritmo dando los pasos adecuados? No conviene precipitarse después de un problema en modo de lesión. Nosotros te acompañamos en el proceso de recuperación para asegurar un camino seguro y efectivo que te permita recuperar la forma física evitando el riesgo de recaer en el problema. ¡Déjanos que cuidemos de ti!

---

## PADEL

### PREPARACIÓN FÍSICA EN PISTA

Circuitos de preparación física en pista integrando conceptos técnico-tácticos del juego con sus correspondientes cargas físicas y transferencia a la realidad.

Nuestro objetivo a través de este entrenamiento es potenciar tus cualidades a través de cargas físicas adaptadas al juego real.

---

## EVENTOS Y OTROS SERVICIOS

### EL RETO "eAIC"

Se trata de una programación de entrenamientos de una duración determinada con el objetivo final de mejorar la condición física, tonificar y perder peso a través de la inclusión de consejos nutricionales y seguimiento semanal individualizado.

La fórmula de éxito está asegurada ya que la competencia entre usuarios te va a exigir dar el máximo cada día.

Ejemplo de reto:

- Reto 6 semanas
  - Reto trimestral
  - Reto anual
- 

## PRECIOS

Los jugadores pertenecientes a la Federación Navarra de Padel tendrán un descuento del 10% en todos los servicios de Entrena A la Carta

## CONTACTO

Teléfono de contacto: 675690895

Correo electrónico: [gmorenomaneru@gmail.com](mailto:gmorenomaneru@gmail.com)

Página web: [www.entenaalacarta.com](http://www.entenaalacarta.com)



[Entrena a la carta](#)



[entenaalacarta](#)

Dirección instalaciones: Carretera Galar, Navarra 31191 (vía Google Maps [aquí](#))