



Ser nadador y compatibilizarlo con los estudios requiere un esfuerzo que no siempre es fácil de asumir...

Llegar de entrenar muy cansado y tener que ponerse a estudiar, llevarse los libros en los viajes, organizar las clases para ir a los entrenamientos...

¿Merece la pena?



Imposible sacar tiempo para entrenar, estudiar e ir a clase...

- Organízate con tiempo, semana a semana con tiempo para abarcar de forma realista, poco a poco y sin agobios
- Pide ayuda si lo necesitas, no siempre podemos con todo solos
- La clave para aprovechar eficientemente el poco tiempo que hay para estudiar es tener una buena organización y unas técnicas de estudio que te permitan asimilar la mayor cantidad de información en ese tiempo



¿PARA QUÉ ESTUDIAR SI YO QUIERO ESTAR SIEMPRE VINCULADO A MI DEPORTE?

- Prepárate para el futuro, favoreciendo una formación que de un camino más allá del deporte.
- La carrera deportiva se acaba tarde o temprano, y aunque ésta la imagines vinculado de una forma u otra a tu deporte siempre hay formación específica para ello.
- Ten en cuenta que estudiar significa dedicarte a lo que te gusta: todo lo que te imagines de trabajo requiere una formación: universidad, FP, técnicos deportivos, etc..



Bueno...ya estudiaré, y si repito no pasa nada, no hay prisa

- Alargar los estudios puede ser algo que entra en tus posibilidades, pero debes saber que en el futuro tendrás que ganarte la vida solo, no siempre con la ayuda de tus padres.

Si dejas las grandes decisiones sobre tu futuro para ese momento te será mucho más complicado.

- Se puede compaginar las dos cosas, no hace falta que renuncies a ninguna, solo es cuestión de organización

Si voy a clase, y en mis tiempos de descanso estudio, no rindo en los entrenamientos porque estoy agotado



- Con organización hay tiempo para todo: busca tus momentos de desconexión, de ocio, de descanso y de estudio. ¡El día tiene muchas horas si sabemos cómo aprovecharlas!

• *"Descanso estudiando" - Mario Mola*

• *"Me organizo para estudiar en los desplazamientos y ratos libres" - Jonathan Barreiro*

• *"Si puedes compaginar estudios y deporte, aunque haya que sacrificarse, sería lo ideal" - Javier Gómez Noya*