

# Diego Robles

*Competidor Internacional*

**Clases de Patín Artístico  
Grupales y Privadas  
Show de Tango**



**Cel.011-15-6628-3110**

diegohernanrobles@gmail.com

www.trainingtime.com.ar/robles\_diego.htm

## Patinaje Artístico

### TAMARA ALVAREZ

**Entrenadora muy conocida en el medio, actualmente coach de Patinando por un Sueño, nos cuenta su historia, y como debe prepararse un patinador para estar en los primeros lugares del mundo.**

**Training Time: Cuántos años hace que estás en patín artístico?**

**Tamara Alvarez:** Estoy dando clases desde hace más o menos 15 años, y competí desde muy temprana edad, hace más de 20 años.

**T.T: saliste al exterior a competir?**

**T.A:** Siempre representé al país, fui una de las primeras que lo hice, pero no teníamos la oportunidad que tienen los chicos ahora, de tanta trayectoria. Nosotros a medida que fuimos compitiendo fuimos aprendiendo en los campeonatos del Mundo, y gracias a eso nosotros tenemos ahora la sabiduría como para poder transmitirle todo lo mejor a ellos, por eso nuestros chicos están siempre entre los primeros lugares del mundo.

**T.T: Cómo está la Argentina posicionada a nivel mundial?**

**T.A:** La Argentina es uno de los mejores países, junto con Italia y España.

**T.T: Estás entrenando al seleccionado nacional?**

**T.A:** Yo estoy entrenando unos chicos del seleccionado, fui entrenadora de la selección en España, y a raíz de un problema que tuve de salud, cuando volví al país me sacaron como entrenadora oficial debido a un problema con la dirigencia, y ahora como la mayoría de los chicos que clasificaron al mundial son alumnos míos, sigo indirectamente enseñando, tengo chicos a nivel mundial, que son la mayoría de los que representan al país.

**T.T. Qué resultados tuviste como entrenadora?**

**T.A:** Tuve muchos resultados con los chicos, tuve campeones del mundo, sub campeones, como **Melisa Linsalatta, Daniela Arriola** estuvo durante 5 años en podio a nivel mundial. También tuve campeones sudamericanos infantiles, cadetes y seniors.

**T.T: En donde estás enseñando, y que categorías preparás?**

**T.A:** En los clubes Huracán y El Porvenir. El año pasado enseñé a chicos que recién empezaban a patinar, el semillero, en estilo libre, siempre me dediqué a libre.

**T.T: Cómo se entrena a un patinador de la "A" para que pueda llegar a los primeros puestos?**

**T.A:** Con muchas horas, pero con calidad, dos horas por día, todos los días es bueno, pero tiene que ser con calidad técnica, porque no vale la pena tantas horas si el patinador no tiene una buena base técnica.

**T.T: La buena calidad técnica, como se obtiene?**

**T.A:** En mi caso, con la práctica que he adquirido con los años yendo a mundiales, y con los cursos que he tomado en lugares como Italia y en USA, cuando ese país era potencia mundial.

**T.T: Qué enseñás en esas dos horas de entrenamiento?**

**T.A:** Todo técnica, patinaje, nada más que patinaje, y una hora aparte haciendo la parte coreográfica. Para un mundial, la coreografía se empieza a entrenar siete meses antes.

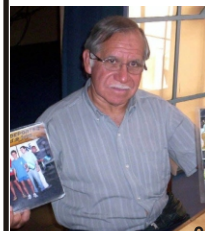
**T.T: Por último, Patinando por un sueño, crees que ayudó a esta disciplina?**

**T.A:** Le hizo bien porque se promocionó el patinaje, empezó a patinar gente nueva, y por otro lado los chicos que están en el patinando siempre están en desventaja porque les quita horas de entrenamiento en la parte de la competencia, pero bueno, cada uno elige estar o no. El patinando es un show y no tiene nada que ver con la competencia Si estás, sabés que vas a entrenar menos, o entrenar de más para equiparar la falta de horas de práctica para competir.



## Felipe Carbonel

Masajes Holísticos  
Problemas de Desplazamientos  
Vértebra Lumbares, Dorsales y Cervicales.  
Cabeza de Fémur y Escoliosis e Hiperescoliosis  
Migraña Crónica, Cefaleas y Ciático,  
Anorexia Resultados inmediatos



*Atención en  
todo el País*

**Contactos al:  
011-15-4083-1665**

email:felipe\_carbonel9@hotmail.com

Cada 15 días  
En el partido de la costa  
Mar de Ajo, Pcia de Bs. As.  
**Hotel Regina**  
Lebhenson 290  
Tel./Fax: (02257) 42-1641  
**011-15-4083-1665**  
email:felipe\_carbonel9@hotmail.com

## Identidad Visual COMPAGES

Leandro De Vita  
*Ingeniero en Sistemas*  
José María Kelly  
*Lic. en Diseño Gráfico y Com. Audiovisual*

**Contactos al:**  
leandro@compages.com.ar  
jose@compages.com.ar