

ABRIL

2025

INSPIRA



DAVID CUBILLÁN:

“La cancha es un reflejo de la vida”

Conviértete en un campeón por
Juan Carlos Caramés

Atrévete a escribir tu libro con
Rubiano Ediciones

Adrenalina y nostalgia
con SuperCines

Por María Antonieta Marco @mariantomarco
www.mediosinspira.com

ÍNDICE

PAG 03 ---Agradecimientos

PAG 04 ---Adrenalina y nostalgia con SuperCines

PAG 06 ---Atrévete a escribir tu libro con Rubiano Ediciones

PAG 13 ---Conviértete en un campeón por Juan Carlos Caramés

INSPIRÁ

¡Estamos en un mes lleno de fechas especiales! Abril siempre ha sido mi favorito, es el mes donde celebro un año más de vida y agradezco por tantas bendiciones, a esto se suman fechas como el Día Internacional del Deporte, tema central de esta edición, nos complace tener a una leyenda del baloncesto venezolano, el jugador destacado de Trotamundos, David Cubillán: “la cancha es un reflejo de la vida”, también tenemos a Rubiano Ediciones por el Día Internacional del Libro, con quienes puedes atreverte a contar tu historia, este mes se unió a nosotros la reconocida cadena SuperCines, podrás enterarte de curiosidades de sus estrenos. Para seguir promoviendo la mentalidad deportiva, el destacado conferencista Juan Carlos Caramés nos explica cómo ser un campeón de vida, además celebramos otras fechas del mes como el día del arte, día de la danza y el día de la Tierra. En esta edición verás la participación de las marcas; Agua Madrigal, Alpha Learning Institute, Carnes Los Hermanos Gómez y Ritequeños.

Gracias a mi equipo Alejandro, Edgardo y Red Masiva, así como a nuestros 10mil lectores, espero que sigan disfrutando lo que hacemos ...



Atentamente,
María Antonieta Marco

@ariantomarco
@inspirarevista



SUPERCINES

Imagina esta sensación, ves cómo las luces se atenúan, escuchas los efectos de sonido, sientes el silencio de la sala y aprecias las primeras imágenes. Sabes que algo mágico está a punto de ocurrir, todo esto sucede en el lugar donde se proyectan los sueños; el cine. Con este mágico arte puedes viajar por el tiempo, visitar lugares remotos, explorar culturas y formas de vida, así como vivir historias de otros por un buen rato.

Todos hemos tenido buenas anécdotas en el cine, muchas buenas experiencias entre amigos, parejas, familias ocurrieron en una salida al cine. Por eso esta vez queremos hablarte sobre curiosidades de estrenos esperados en SuperCines @supercinesve. Podrás disfrutar de ellos en cualquiera de sus sedes a nivel nacional.

Lilo y Stitch (Live Action)

Fecha de estreno: 23 de mayo de 2025 (a nivel mundial)

Desde hace varios años, Disney se ha dedicado a hacer live actions, la receptividad del público ha variado mucho en cada ocasión, pero Lilo y Stitch parece ser uno de los más esperados, pues tendrá la recreación fiel de escenas icónicas que evocan la nostalgia, un elenco talentoso que da vida a los personajes entrañables y los comentarios en redes sociales han convertido la película en tendencia. Ahora que salió el tráiler oficial, te compartimos datos interesantes de la película original:

ADRENALINA Y NOSTALGIA EN LOS ESTRENOS DE SUPERCINES



El personaje fue creado más de una década antes que la película: La película de dibujos animados salió en 2002, pero el personaje de Stitch existe desde 1985. Según su director Chris Sanders, realmente el personaje se creó para un libro infantil que no tuvo mucho éxito, pero esto finalmente fue beneficioso para que se pudiera utilizar en la película de Disney.

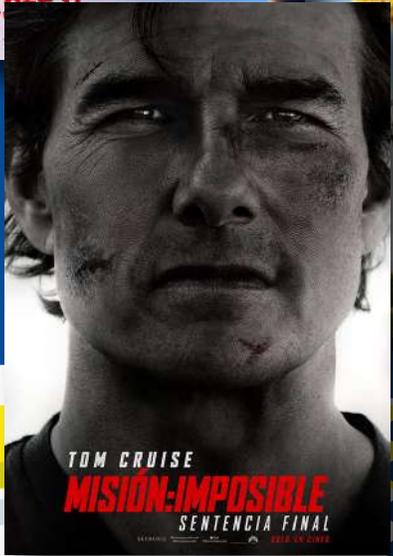
Originalmente la película no iba a estar ambientada en Hawái: Inicialmente el entre el director y el estudio pensaron que la película podía transcurrir en Kansas, para hacer algunas referencias al mago de Oz.

Misión Imposible 8: Sentencia Final

Fecha de estreno: 22 de mayo de 2025 (a nivel mundial)

Luego de 8 films, podemos decir que gran parte del éxito de esta saga se le atribuye a Tom Cruise, quien lleva casi 30 años interpretando al personaje Ethan Hunt, con un recorrido lleno de retos, desafiando al peligro con sus trucos y acrobacias. Este film genera emoción en los fanáticos, porque el actor de 62 años continuará sorprendiéndonos, además de que esta entrega se postula como el cierre de la saga. Esta vez, Paramount Pictures buscó recordar escenas icónicas de diversas películas de la saga, así como homenajear al actor por su trayectoria con el personaje. Entre las curiosidades se encuentra el hecho de que, para lograr una escena ambientada en un submarino, Tom Cruise tuvo que grabar en un tanque de 8,5 millones de litros de agua con un traje especial que solo podía mantener durante 10 minutos seguidos.





F1 (Fórmula 1):

Fecha de estreno: 25 de junio de 2025 (a nivel mundial)

La expectativa sobre esta película que mostrará los detalles del mundo de la Fórmula 1, sigue creciendo. Su increíble elenco se ha esforzado por reflejar las emocionantes carreras de autos al pie de la letra, la cinta será protagonizada por Brad Pitt, el director es Joseph Kosinski (creador de Top Gun: Maverick), y entre los actores se encuentra el piloto británico siete veces campeón Lewis Hamilton y el actor español Javier Bardem. Además, la película se rodó en circuitos reales de Fórmula 1, las filmaciones se hicieron en Gran Bretaña, Hungría, Las Vegas y Abu Dhabi. Fue un rodaje totalmente desafiante, pues el equipo creativo grabó durante los fines de semana de carrera de la Fórmula 1, durante el "Gran Premio Real", esto nunca se había realizado en Hollywood. Este esperado film se basa en la historia del reconocido piloto de F1, Sonny Hayes, destacado en 1990, quien sufrió un terrible accidente y tuvo que retirarse, pero el propietario de un equipo de F1 lo motiva a retomar su carrera para ser mentor de un piloto novato.

¿Quieres tener una #SuperExperiencia? Asiste a SuperCines:

Es la única cadena de cines temáticos en Venezuela, sumando actualmente 34 salas y 5.407 butacas Tipo Love Seat. Es una empresa con 60 años en el mercado, el año pasado logró posicionarse como una de las mejores opciones de entretenimiento.

Además, tienen presencia a nivel nacional, podrás disfrutar de las películas mencionadas anteriormente y muchas más en cualquiera de sus sedes: Valencia (C.C. La Granja), Pto. Cabello (C.C. Playa Mar), Maracay (C.C. Parque Los Aviadores), Altos Mirandinos (C.C. La Cascada), Barcelona (C.C. Puente Real)

Por si no lo sabías, en SuperCines tienen diversas promociones durante la semana:

Lunes Popular: 50% de descuento en boletería.

Martes Dúo: Compra dos boletos y obtén un 40% de descuento.

Super Miércoles: 20% de descuento en boletería.

Super Friends: Compra 3 entradas y la cuarta te sale gratis (todos los días)

Además, ofrecen mitad de precio en boletos para los menores de 14 años y los mayores de 60 años (todos los días).

Por si fuera poco, también tienen las Gift Cards con diversos beneficios, puedes conocer los detalles en su página web, para que te conviertas en un verdadero cinéfilo. Esta reconocida empresa de cine también se ha convertido en un espacio de eventos corporativos y sociales.



RUBIANO
EDICIONES

ABRE TU CORAZÓN, ESCRIBE TU LIBRO CON RUBIANO EDICIONES

“Los libros dejan huella, son símbolos de lo cultural, social y humano”

Las palabras hacen música en nuestra vida, hay palabras que resuenan con nosotros y frases que se quedan para siempre. A todos nos han dicho una frase oportuna que nos ha acompañado en un momento especial o nos ha consolado en una situación difícil. Así como podemos aprender de personas cercanas, de las noticias o de los programas que consumimos, podemos aprender mucho más de los libros, que son creados por personas que son expertas en un tema o tienen una historia interesante que contar.

Todo eso y más se logra a través de los libros, son elementos que nos permiten conocer la historia universal, los descubrimientos, los pensamientos de cada época y conectar con otros seres humanos que viven y sienten como nosotros, trasladar información de generación en generación y plasmar recuerdos duraderos.

Por eso cuando una persona decide escribir un libro, está formando parte de la historia de la humanidad, independientemente del alcance del mismo, esa persona está abriendo su corazón para llevar un mensaje. Aún en la era digital, el libro sigue ocupando un lugar importante en el mundo, sea en su versión física de siempre o en su versión digital, seguimos recurriendo a libros para obtener información valiosa y verificada, siguen siendo un medio para educar, entretener e informar a la comunidad.



Por eso, en este mes por el Día Internacional del Libro, queremos resaltar la importancia de promover el placer por la lectura y también motivar a nuestro público a escribir su propio libro, cada vez vemos más casos de autores que se animan a contar su historia, a mostrar su poemario, a narrar su novela o cuento, a exponer sus conocimientos, gracias al impecable trabajo de Rubiano Ediciones @rubianoediciones una editorial que celebra su 4to aniversario con el logro de tener más de 130 libros publicados, de autores de distintas partes del mundo, con participaciones en ferias nacionales e internacionales.

Esta editorial fundada por Elisabel Rubiano, ofrece una amplia variedad de servicios para que puedas crear y publicar tu libro: mentorías, corrección, diagramación, diseño, ilustración, audiolibro, booktrailer, publicación, impresiones y marketing. Su fundadora, Elisabel, es una profesional de las letras, es Doctora en Ciencias Sociales, mención Estudios Culturales (UC), es profesora de dicha universidad y tiene un Magíster en Lectura y escritura (ULA), también tiene años siendo miembro del comité organizador de la Feria Internacional del Libro UC. Ella te asesorará con todos los detalles de la realización de un libro.



Pero si te preguntas ¿por dónde comenzar? Aquí te compartimos los “Pasos para la creación y publicación de un libro”:

1ERA FASE - Escritura: organiza tus ideas, define el tema, género y público objetivo, empieza a escribir el primer borrador, escribe libremente, después haz una revisión general con los ajustes necesarios. Reescribe, revisa de nuevo... Textualizar es un recurso recursivo.

2DA FASE - Edición: contacta a Rubiano Ediciones, asume un editor profesional, envíales tu propuesta según sus instrucciones. Luego definirán acuerdos con la editorial para establecer el depósito legal, registrar el ISBN, crear el concepto del libro, las regalías y otras condiciones.

3ERA FASE - Corrección, diseño y publicación: el libro se corrige para mejorar los aspectos ortotipográficos, la estructura y el estilo, la editorial diseña la portada, maqueta el contenido y prepara el libro para su impresión o formato digital.

4TA FASE - Distribución: se buscan redes de distribución, la editorial tiene conexiones con librerías, plataformas digitales y otros canales de distribución. Promociona tu libro en presentaciones, ferias, entrevistas y redes sociales. Supervisa las ventas y participa en actividades que las impulsen como firmas de libros o eventos literarios.

Ahora tienes una idea más clara de tus primeros pasos en la escritura, pero es común que te cueste comenzar, tomar la decisión de redactar ese libro o así sea sentarse a escribir la primera página, cuando vayas a hacerlo recuerda esa famosa frase de Gabriel García Márquez; “a escribir se aprende borrando”, o muchas otras como: “escribir es la manera más profunda de leer la vida” de Francisco Umbral y “toda escritura es un viaje de descubrimiento” Nadine Gordimer. Todos estos escritores seguramente sintieron dudas al empezar, lo importante es que lo hicieron y ahora sus letras nos acompañan.

Es admirable como los autores aportan conocimientos, dedican tiempo, esfuerzo, recursos y su trabajo de investigación para crear sus líneas. Además, se aplaude su valentía al querer escribir para los demás, logran “vaciar su pasión en las páginas en blanco”. Si quieres ser parte de los que se atreven a conectar con otros, te invitamos a ver más de esta editorial.

Conoce más de Rubiano Ediciones, el medio para contar tu historia:

Como su fundadora lo dice, en esta editorial “son felices haciendo libros”, se nota que es así, ellos creen fielmente que sus autores merecen ser visibilizados, necesitan encontrar a sus lectores y el apoyo para seguir en su labor.

Tienen variedad de libros en las colecciones: infantil, poesía, narrativa, académica, motivacional y testimonial. Han formado parte de eventos importantes como la FILUC (UC), el evento escolar conocido como FILVA y más ferias nacionales e internacionales. Además, tienen autores en alrededor de 10 países. Entre sus creadores se destaca Coralia López, Carmen Maura Peralta y, recientemente, participará la ilustradora, Alynor Díaz, quien es la única venezolana que está formando parte de un concurso en Boloña, Italia.





Por otra parte, con su programa “Semillero” les han dado voz y lugar a las infancias para potenciar su derecho a soñar, crear y publicar sus mundos preferidos. Ahora en el mes de abril, van a celebrar su 4to aniversario, desarrollarán diversas actividades y una gira de medios para seguir promoviendo el movimiento cultural de la ciudad.

Así pues, puedes unirte a toda esta ola de creadores artísticos, que se expresan en letras. Definitivamente los libros pueden transformar el mundo. Para su fundadora Elisabel: “Lo que nunca ha cambiado es el libro como bien cultural, social y humano. El libro es una huella, un símbolo que representa lo que ha pasado en la historia con el ser humano, resguarda la invención, memoria, lenguaje, testimonios, conocimientos, pensamientos, emoción, personalidad y más”.

Anímate a construir historias que queden en la memoria:

¿Te unes a esta celebración del conocimiento y la imaginación?

Celebra con Rubiano Ediciones su mes aniversario:
[@rubianoediciones](https://www.instagram.com/rubianoediciones) / rubianoediciones@gmail.com



Tequeños que Enamoran



ATRIBUTOS



Libre de Conservantes



Variedad de masas:
Tradicional / Semihojaldrada



Cocción Rápida



Queso 50% Búfala
Queso 50% Vaca
Pasteurizado tipo Paísa



Sin levadura

SABORES ÚNICOS EN EL MERCADO:

- QUESO
- CHISTORRA
- CHISTOQUESO
- CHOCOLATE



SÍGUENOS
RITEQUEÑOS



CONTÁCTANOS
0424-455-12-11



Si llevas una **BANDEJA CHARCUTERA** serás inolvidable en cada fiesta”

En Carnes Los Hermanos Gómez, tienen 16 años a tu servicio

Todo esto y mucho más en sus 3 sedes:
El Parral – Los Colorados – Bella Florida

@carniceria_chgca
0412-5009895



DAVID CUBILLÁN,

“La cancha es un reflejo de la vida”

Hace varios años, existió un niño que saltaba y jugaba sin parar, la cancha era su lugar favorito, cuando llegaba la hora de irse, solo pensaba en la próxima ocasión para jugar. Los recreos y los partidos en la calle con los amigos no eran suficientes, este niño se la pasaba jugando, hasta en sus sueños. Seguramente, más de uno se puede sentir identificado con esta historia, porque muchos crecieron jugando algún deporte. Pero lo que para algunos es sólo un juego, para otros es una pasión, una misión y un estilo de vida, ese es el caso de David Cubillán, conocido por ser una “leyenda del baloncesto venezolano” a quien también su fanática y sus contrincantes lo llaman “El Relámpago”.

Hay tanto que decir sobre Cubillán, tantos años dedicados a Trotamundos de Carabobo, tantas satisfacciones para nuestro país... Podemos comenzar diciendo que su constancia y determinación han sido las claves de su éxito, desde que dio sus primeros saltos en el básquet, ha sido un soñador incansable, ha sabido aprovechar al máximo las oportunidades que el destino le ha presentado.

Cubillán tiene 15 años de trayectoria en el baloncesto, tuvo una formación deportiva a nivel universitario en el exterior, se ha destacado en ligas nacionales como internacionales, entre ellas la Liga Profesional de Baloncesto, ha formado parte de la “Selección nacional de Venezuela” en la FIBA AmeriCup, también en la Copa Mundial de Baloncesto por varios años consecutivos. Entre sus logros más destacados está su clasificación histórica a los Juegos Olímpicos de Río 2016. Por si fuera poco, participó en el Mundial en Asia en el 2023, donde quedó en el trigésimo lugar, sus promedios fueron de 7.6 puntos y 3.2 asistencias.

Pero tenemos que mencionar su triunfo más reciente, llegó a los 800 triples con Trotamundos Carabobo. Este talentoso jugador nació en Zulia, pero podemos decir que también es orgullosamente carabobeño por todos los años que le ha dedicado al deporte en nuestra región.

Por todo esto y más, Cubillán es el rostro de esta edición. Este mes celebramos el “Día Internacional del Deporte para el Desarrollo y la Paz”, fecha declarada por la ONU con el fin de resaltar talentos y reflexionar sobre el poder transformador del deporte en nuestras vidas y comunidades.

Es por ello que, en nuestra revista digital INSPIRA hablaremos de cómo los aprendizajes en la cancha se convierten en aprendizajes de vida, gracias a una entrevista exclusiva con nuestro jugador estrella. Hay muchas anécdotas que merecen ser conocidas, porque en cualquier deporte, en cada cancha, pista o terreno de juego, se esconden historias que nos recuerdan el poder de soñar en grande.



Conoce más de David Cubillán: “El Relámpago”:

- ¿Alguna vez pensaste en vivir del baloncesto? ¿Cómo fue la experiencia de formarte a temprana edad?

Desde pequeño soñé con vivir del baloncesto. Siempre fue mi pasión y desde una temprana edad lo veía como algo más que un deporte, lo veía como una profesión. Mi hermano mayor fue jugador profesional por 15 años y se convirtió en mi inspiración y ejemplo a seguir. Comencé a jugar a los 6 años, y con el tiempo se me presentaron muchas oportunidades que marcaron mi desarrollo. A los 13 años obtuve una beca en un colegio en Maracaibo, lo que me permitió crecer académica y deportivamente. Luego, a los 15 años, recibí una beca para irme a Estados Unidos, donde tuve una experiencia increíble en St. Benedict's High School, un lugar que me formó profundamente. Más adelante estudié en Marquette University, una de las mejores universidades, donde pude fortalecer mi formación personal y profesional y adquirir herramientas que me han acompañado a lo largo de mi carrera.

- ¿Cuál ha sido el logro más significativo en tu carrera con Trotamundos de Carabobo?

He tenido muchos logros, pero creo que los tres campeonatos con Trotamundos en los años 2019, 2021 y 2022 han sido los más significativos. Cada título representa un trabajo en equipo, una satisfacción grupal e individual que lleva consigo el esfuerzo, la disciplina y el compromiso de todos los que formamos parte de la organización.

- ¿Cómo te sientes al haber alcanzado la marca de 800 triples con el equipo?

Para mí, es un honor haber alcanzado esta cifra, especialmente con una organización tan histórica como Trotamundos de Carabobo. Este logro no fue casual; es el resultado de años de preparación, esfuerzo y constancia en mi carrera. La disciplina ha sido un factor clave para llegar hasta aquí, y conseguir algo así me llena de orgullo y motivación para seguir superándome.

- ¿Qué diferencias notas entre el baloncesto venezolano y el internacional, considerando tu experiencia en México con los Halcones de Xalapa?

Considero que mi generación ha sido una de las más exitosas en el baloncesto venezolano, muchos nos preparamos en el extranjero y otros en Venezuela. Sin embargo, hay diferencias importantes. Las ligas internacionales tienen una duración de 9 o 10 meses, lo que permite una preparación más completa, tanto técnica como física, además de brindar estabilidad. Por otro lado, en Venezuela, nuestra liga es corta, con muchos partidos en pocas semanas, lo que deja poco tiempo para entrenar y obliga a viajar constantemente. A pesar de esto, el baloncesto venezolano sigue siendo muy competitivo y cuenta con mucho talento. Estas diferencias impactan tanto en el desarrollo como en la dinámica del juego.

- ¿Cuál ha sido el momento más difícil de tu carrera y cómo lo superaste?

El momento más difícil de mi carrera fue durante mi segundo año en la universidad, cuando sufrí lesiones en ambos hombros. Me tuvieron que operar primero el hombro derecho y, seis semanas después, el izquierdo. Fueron dos cirugías en menos de dos meses, lo que me dejó prácticamente sin movilidad en los brazos. Fue un período de mucha incertidumbre, ya que no sabía cómo quedaría físicamente ni si podría volver a jugar al mismo nivel. Sin embargo, con paciencia y dedicación, logré recuperarme y volver al juego.

- ¿Cómo logras equilibrar tu vida profesional con tu vida familiar?

Mantener un balance entre mi carrera profesional y mi vida familiar ha sido un desafío constante. El deporte exige concentración, disciplina, buena alimentación, descanso y preparación mental antes de cada partido. Mi familia ha jugado un papel fundamental en este proceso, brindándome apoyo y comprensión. Por ejemplo, mis hijos y mi esposa saben que antes de los partidos necesito descansar, y ellos ajustan su rutina para no hacer ruido y respetar mis necesidades como atleta. A pesar de los entrenamientos y viajes frecuentes, siempre busco compartir con ellos en los momentos libres, aunque a veces tenga que sacrificar fines de semana por el trabajo. Tener una red de apoyo grupal y familiar es clave para que todo funcione.



- ¿Cuáles han sido los mayores retos que has enfrentado en la Superliga Profesional de Baloncesto?

Pienso que los mayores retos se podrían decir en la liga es estar preparado físicamente y mentalmente para para afrontar una temporada. Todos juegan con la misión de ganar campeonatos. Esta liga tiene una exigencia física alta, yo soy el capitán del equipo, por lo que se plantean estrategias para atacarme a mí y a muchos de mis compañeros. Puedo decir que lo que el reto es físico y mental. Debemos entender que muchas veces el éxito, como dicen "es rentado y la renta se paga todos los días". Si tú no estás preparado, otra persona va a querer estar en tu lugar, pienso que ese es el desafío.

- ¿Qué aprendizajes del baloncesto has aplicado a tu vida?

Después de mi familia, el baloncesto es lo más grande en mi vida. He podido formarme deportivamente en altos niveles, el baloncesto me ha brindado educación, valores como disciplina, compromiso, respeto, compañerismo, unión, responsabilidad y ética de trabajo. El baloncesto me ha enseñado mucho, he podido crecer mucho como persona y experimentar muchas cosas. Porque en este deporte te encuentras en diferentes situaciones que se parecen mucho a la vida cotidiana, por lo que todo ha sido un aprendizaje para mí.

A través de su historia hemos visto como con risas, aplausos, abrazos, saltos, lágrimas y mucho sudor se cumplen tantos sueños en la cancha. Cubillán es un ejemplo de que cuando sabes escuchar a tu corazón, cuando sabes desarrollar tu talento, desafiar tus límites, puedes llegar muy lejos. Cuando se trata de tus sueños, debes ignorar comentarios o creencias limitantes para vivir de tu pasión, vinimos a esta vida a cumplir una misión y definitivamente la de Cubillán ha sido inspirar a otros a convertirse en estrellas de la canasta.

CONVIÉRTETE EN EL CAMPEÓN DE TU VIDA POR Juan Carlos Caramés

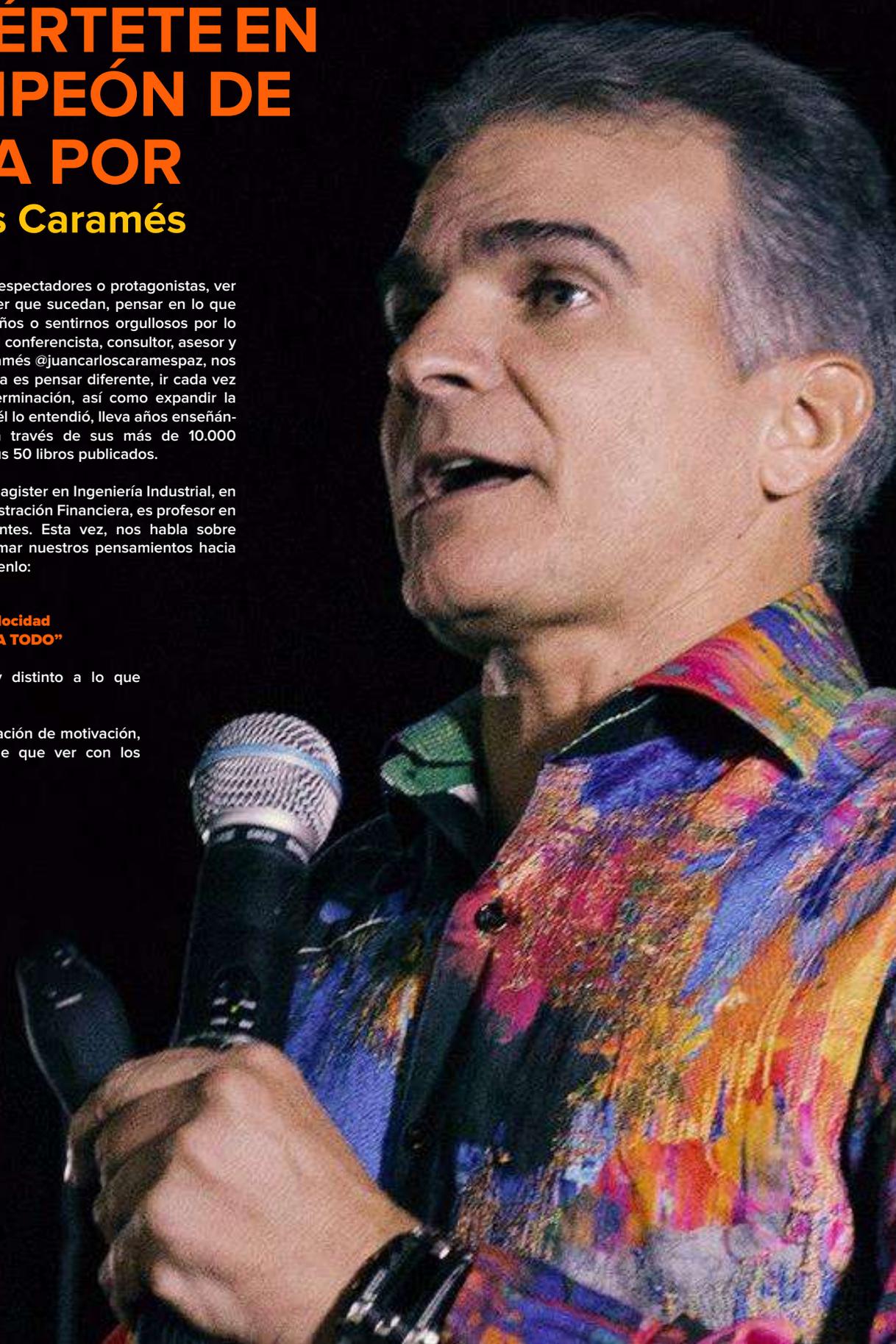
En la vida podemos decidir ser espectadores o protagonistas, ver como las cosas suceden o hacer que sucedan, pensar en lo que hemos podido hacer durante años o sentirnos orgullosos por lo que hemos hecho. Sobre esto el conferencista, consultor, asesor y coach de vida, Juan Carlos Caramés @juancarloscaramespaz, nos comparte que la clave de la vida es pensar diferente, ir cada vez más lejos, con enfoque y determinación, así como expandir la mente para el éxito, desde que él lo entendió, lleva años enseñándole a otros cómo hacerlo, a través de sus más de 10.000 conferencias en diez países y sus 50 libros publicados.

Además, Juan Carlos tiene un Magister en Ingeniería Industrial, en Gerencia de Proyectos y Administración Financiera, es profesor en más de siete Maestrías diferentes. Esta vez, nos habla sobre algunas fórmulas para transformar nuestros pensamientos hacia una mentalidad de éxito, disfrútenlo:

“Un campeón va a una sola velocidad en su vida para ser imbatible: A TODO”

Algo malo que pasó, es muy distinto a lo que estamos apuntando...

Ir a todo no es una simple declaración de motivación, es mucho más que eso. Tiene que ver con los siguientes lineamientos:





1- Los pilotos de Fórmula Uno, son una especie de cazadores de oportunidades en una realidad de túnel en el tiempo:

Su instinto es de cazador de milisegundos, para poder frenar, pasar y/o dar un giro que lo cambie todo. Por eso tienen que demostrar el mejor estilo de agallas, y hasta crear sus propias posibilidades.

Veamos a qué me refiero con construir un estilo de agallas: Demostrar valor, cuando nadie lo hace.

Tener sangre fría en lo que marque la diferencia.

Aguantar lo necesario hasta resolver.

Esconder sabiamente tus miedos y temores, para evitar manipulación de cualquier tipo.

Mantener un inquebrantable ánimo.

Sacar máximo provecho a tu astucia.

2 - Cero piedad en propósitos; Tener cero piedad a tus propósitos tiene que ver con aplicar los siguientes criterios en tu accionar:

a.- Eliminar a cero cualquier cosa que suene a saboteador, sobre todo las mentales.

b.- Cero juicio y expectativas; es tan peligroso el miedo a perder, como el miedo a ganar. Nada como vivir punto a punto. Evita todo engaño que falsee realidad.

c.- Te conviertes en lo que le das atención. Hay que aprender a calmar los temores que espantan miedos. La mayoría de esa clase de emoción termina en dudas que nada favorece cualquier andar.

3- Ir por todo; Ir a esta dimensión tiene que ver con:

a.- No existe lo justo en competición. La suerte se hace, se construye, simplemente no se espera. Si ocurre, gracias.

b.- Jamás pensar en colocar a tu contrincante por arriba o debajo de ti. Nadie es superior a ti, aunque los números digan lo contrario. Eso siempre fue hasta ayer. Como dice Epicteto... “Los hombres no tienen miedo de las cosas, sino de cómo las ven”.

c.- Aprovechar tu tiempo al milisegundo. Si estas libre algo no estas haciendo. Como dice Séneca ... “No es que tengamos poco tiempo, sino que perdemos mucho”.

d.- Hay que dar todo resto de lo máximo que puedes, para exprimir a todo lo que tienes. Que no te quedes con algo...

e.- Prohibido cualquier línea media de esfuerzo. Casi, casi, no funciona ni en Marte, ni en ninguna galaxia lejana. Hacerlo a medias, significa nada.

f.- Tienes que permanentemente aplastar cualquier circunstancia que atente contra tus objetivos. Cuando juegas como campeón, todos los días es una final, y por lo tanto no hay mañana. Hoy se entrega a todo.

“Hay una grieta en todo; así es como entra la luz” - Leonard Cohen

Sigue aprendiendo de nuestro especialista:
Instagram, LinkedIn y YouTube como:
@juancarloscarames paz



Madrigal
agua mineral natural

¡PUEDE FALTAR LA PELOTA, PERO NO TU BOTELLITA DE AGUA MINERAL MADRIGAL!

Mantente hidratado siempre con Agua Mineral Madrigal Encuéntrala en supermercados y clubes de la ciudad

@aguamineralmadrigal
0414 4335188



¡EMPIEZA A HABLAR EL IDIOMA UNIVERSAL DESDE LA COMODIDAD DE TU HOGAR!

Alpha Learning Institute transmite sus 25 años de experiencia a sus clases online

Con alumnos en España, Italia, Argentina, Colombia, Estados Unidos, Portugal, República Dominicana y más.

Horario flexible / Clases personalizadas

@alphalearninginstitute / 04244101495





INSPIRA

ANUNCIATE CON NOSOTROS

“La creatividad sin estrategia se llama arte. La creatividad con estrategia se llama publicidad” - Jef Richards

¿Qué esperas para dar a conocer tu marca en nuestra comunidad?

Anúnciate en la próxima edición

Artículos - Anuncios - Plan de 3 meses

Info en @inspirarevista



Atención al cliente



Redacción



Diseño



Publicación en Website



Difusión por redes sociales



EL 29 DE ABRIL ES EL DÍA INTERNACIONAL DE LA DANZA

Te compartimos datos del ballet “Lago de los Cisnes”:

Fue creado por el compositor ruso Piotr Ilich Tchaikovsky y se estrenó en Bolshoi de Moscú en 1877.

Es considerado uno de los ballets más difíciles de interpretar técnicamente, pues la coreografía original de Marius Petipa y Lev Ivanov requiere de mucha coordinación en conjunto.

Los temas centrales de la obra son la historia de un amor imposible, y la dualidad entre el bien y el mal.

¡Feliz día a todos los artistas del movimiento!

INSPIRÁ



GRACIAS POR LEERNOS

¡Gracias a ti seguimos escribiendo! Eres parte de nuestra comunidad de **10 mil lectores**

Cuéntanos ¿Cuál fue tu parte favorita de esta edición?

Coméntanos en @inspirarevista