

FUERA DE JUEGO

El nuevo filón de la NBA: consejos de 'mindfulness'

La liga norteamericana de baloncesto se asocia con Headspace, una app que ofrece sesiones de meditación y mindfulness, para crear un espacio donde los aficionados reciban consejos de jugadores profesionales para conseguir sus objetivos.

Palco23
19 jun 2019 - 10:00



La NBA apuesta por la salud mental para el tiro final. La liga norteamericana de baloncesto se ha aliado con Headspace, una app que ofrece sesiones de meditación guiada y *mindfulness*, para crear una categoría dentro de la aplicación donde los aficionados reciban consejos de jugadores profesionales para conseguir sus objetivos.

Esta nueva sección de Headspace tendrá el nombre de Performance Mindset y se dividirá en cuatro espacios: concentración, confianza, resistencia y control de la presión . La lista de profesionales que darán consejos incluye jugadores como Ricky Rubio (Utah Jazz) y Kyle Kuzma (LA Lakers) y jugadoras como Sue Bird (Seattle Storm) y Nneka Ogwumike (LA Sparks).

La responsable de RSC y programas de jugadores de la NBA, Kathy Behrens, ha destacado que “el objetivo de esta acción es animar a todos a tomar su salud mental tan seriamente como su salud física”. Es la primera vez que atletas profesionales crean contenido para Headspace. A parte de ellos, la nueva sección también contará con los consejos del cofundador de la app y experto en meditación, Andy Puddicombe.

Esta iniciativa es parte de la extensión de la alianza de patrocinio entre la NBA y Headspace, que están asociadas desde febrero de 2018. Como parte de esta colaboración, cuyos términos económicos no han trascendido, la aplicación proporciona su servicio de meditación a los empleados de la NBA, Wnba, NBA G League y NBA 2K.