

## PREPARADOR FÍSICO

### **Dr. BERNI GUERRERO CALDERÓN**

PREPARACIÓN FÍSICA & READAPTACIÓN DE LESIONES

Localización: Málaga (España)

Email: [berni.gc@hotmail.com](mailto:berni.gc@hotmail.com)

Móvil: (+34) 649 037 425

Twitter: [@berniguerrero](https://twitter.com/berniguerrero)

[LinkedIn](#)

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



### **RESUMEN**

---

Gracias a mi amplia experiencia a lo largo de los años, tanto en el campo como en la investigación como en la práctica, he adquirido profundos conocimientos y habilidades desde diferentes enfoques que me permiten aplicar el conocimiento teórico en la práctica. De acuerdo con esto, el control y monitorización de la carga, el entrenamiento de fuerza y el proceso de readaptación de lesiones son mis áreas de especialización. De esta manera, he publicado diversos artículos de impacto y colaborado en la edición de libros sobre rendimiento y lesiones en fútbol. Además, mi experiencia con deportistas profesionales de diferentes disciplinas me ha dotado de diferentes perspectivas que mejoran mi formación profesional. Mi gran ambición, focalización y auto-exigencia me permiten sacar el máximo rendimiento de los jugadores.

### **EXPERIENCIA**

---

#### **FiveStars Fitness International Graduate School - Málaga**

Investigador & Profesor (diciembre 2022 – actualidad)

#### **Clínica Sohail – Málaga**

Readaptador / Preparador físico deportistas profesionales (julio 2021 – marzo 2022)

#### **Institute of Exercise Training & Sport Informatics – German Sport University Cologne (Germany)**

Investigador (enero – mayo 2020)

#### **Granada CF (primer equipo, 1ª división española) – Granada**

Departamento rendimiento físico (temporada 2019/20) (colaboración)

#### **International Soccer Science & Performance Federation (ISSPF) – Reino Unido**

Profesor (agosto 2019 – actualmente)

#### **Liuzhou Yuandao Football Club – Liuzhou, Guangxi (China)**

Jefe área rendimiento / asistente entrenador (enero 2019 – julio 2019)

#### **Cise Sports Centre – Barcelona**

Preparador Físico (octubre 2018 – enero 2019)

#### **Málaga CF (primer equipo, 1ª división española) – Málaga**

Analista de rendimiento físico (temporada 2017/18) (colaboración)

#### **Málaga CF – Málaga**

Preparación física & acondicionamiento (u16) (temporadas 2016/17 y 2017/18)

#### **Preparador físico (Autónomo) – Málaga**

PF / Readaptador deportistas profesionales (febrero 2013 – septiembre 2018)

#### **CD El Palo – Málaga**

Jefe área rendimiento / PF en equipo juvenil (temporada 2015/16)

## PREPARADOR FÍSICO

### **Loja Club Deportivo – Granada**

Jefe área rendimiento (3ª división española) (temporada 2014/15)

### **CHP Benalmádena – Málaga**

Coordinador área rendimiento / Jefe área rendimiento (División Honor A, hockey) (temporada 2012/13 y 2013/14)

## **EDUCACIÓN**

---

### **Licenciado en ciencias de la actividad física y deporte**

Universidad de Granada (2008 – 2013)

### **Máster universitario en entrenamiento personal**

Universidad de Granada (2014 – 2015)

### **Máster universitario en investigación en actividad física y deporte**

Universidad de Málaga (2016 – 2017)

### **Máster universitario en alto rendimiento en deportes de equipo**

(*Graduado con MATRÍCULA DE HONOR*) – Universidad de Barcelona (2015 – 2017)

### **Doctor en ciencias del deporte**

(*Sobresaliente CUM LAUDE*) – Universidad de Granada (2018 – 2021)

## **HABILIDADES**

---

### ***Técnicas***

Entrenamiento para potenciar el rendimiento, rehabilitación de lesiones y 'RTP'. Profundos conocimientos de diferentes metodologías de entrenamiento y de herramientas de control y monitorización de la carga. Aplicación de pruebas de valoración de la capacidad física de los deportistas. Conocimientos de nutrición deportiva.

### ***Comunicación y liderazgo***

Excelentes habilidades de comunicación y capacidad de trabajo en equipo. Además, mi amplia experiencia como coordinador del área de condicionamiento en diferentes clubes deportivos me proporcionan grandes habilidades de liderazgo. Soy muy enérgico y trabajador con una sólida creencia en la necesidad del trabajo multidisciplinar para sacar lo mejor de los jugadores.

### ***Fortalezas:***

- Excelente conocimiento de la tecnología GPS.
- Capacidad para analizar la carga de los jugadores adaptada al contexto específico de la competición y a las necesidades individuales de los jugadores.
- Capacidad para trabajar en la readaptación de lesiones y proceso RTP.
- Capacidad para motivar a los jugadores a alcanzar su máximo potencial.
- Rápida capacidad de respuesta ante situaciones inesperadas.
- Gran conocimiento sobre la programación y periodización de la carga.
- Excelente manejo y eficiencia en el uso del MS Office (Excel) y programas estadísticos. Desarrollo de hojas adaptadas a las necesidades específicas.

### ***Idiomas***

Español (nativo), inglés.

## PREPARADOR FÍSICO

### INFORMACIÓN ADICIONAL

---

- Licencia de preparador físico de fútbol (Federación de Fútbol de Andalucía).
- Certificado de Primeros auxilios y CPR (Universidad de Granada, 2015)
- Carné de conducir, con vehículo propio.
- Excelentes referencias bajo petición.

### PUBLICACIONES

---

- Guerrero-Calderón B. (2021). The effect of short-term and long-term coronavirus quarantine on physical performance and injury incidence in high-level soccer. *Soccer & Society*, 22(1-2), 85-95. <https://doi.org/10.1080/14660970.2020.1772240>.
- Guerrero-Calderón B, Klemp M, Castillo-Rodriguez A, Morcillo JA, & Memmert, D. (2021). A New Approach for Training-Load Quantification in Elite-Level Soccer: Contextual Factors. *International Journal of Sports Medicine*, 42(08), 716-723. <https://doi.org/10.1055/a-1289-9059>
- Guerrero-Calderón B, Owen A, Morcillo JA & Castillo-Rodriguez A. (2021). How does the Mid-season Coach Change affect Physical Performance on Top Soccer Players? *Physiology & Behavior*, 232 (October 2020), 113328. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2021.113328>
- Guerrero-Calderón B, Klemp M, Morcillo JA, & Memmert D. (2021). How does the workload applied during the training week and the contextual factors affect the physical responses of professional soccer players in the match? *International Journal of Sport Science & Coaching*, 16(4), 994–1003. <https://doi.org/10.1177/1747954121995610>
- Guerrero-Calderón B, Morcillo JA, Chena M & Castillo-Rodriguez A. (2022). Comparison of training and match load between metabolic and running speed metrics of professional Spanish soccer players by playing position. *Biology of Sports*, 39 (4), 933-941. <https://doi.org/10.5114/biolsport.2022.110884>
- Guerrero-Calderón B, Fradua L, Morcillo JA & Castillo-Rodríguez A. (2022). Analysis of the Competitive Weekly Microcycle in Elite Soccer. *Journal of Strength and Conditioning Research*, Publish Ah (Md). <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000004219>
- Capítulo 'Endurance training for football: development of a novel method', para el libro: 'Soccer Science & Performance' (pendiente de publicación)