



Cada hombre por sí mismo, pero entrenando juntos: los pilotos de BMW se reúnen regularmente para ejercitarse en línea con Formula Medicine.

Múnich. El entrenamiento físico juega un papel importante en la vida cotidiana de los pilotos de BMW, particularmente en la temporada baja y la situación actual. Además de entrenar solos en casa, ahora también tienen la oportunidad de ajustar regularmente su estado físico en línea. Esto se debe a que el Dr. Riccardo Ceccarelli y su equipo de Formula Medicine están ofreciendo una sesión especial de entrenamiento grupal a través de una conferencia de video tres veces por semana para los pilotos de BMW, un servicio que está siendo aceptado.

"Nunca habíamos probado esto antes, pero tuvimos la idea debido a la situación actual y funciona muy bien", dijo el Dr. Ceccarelli. "Todos son muy profesionales y hacen sus ejercicios, pero es una motivación adicional entrenar en vivo junto con los demás y dar lo mejor. Es divertido entrenar juntos y vernos en video, por lo que no es sólo entrenamiento físico, también es un gran trabajo en equipo."

Los pilotos de BMW no necesitan muchos equipos para las sesiones de entrenamiento digital, que duran aproximadamente una hora. Entrenan usando su propio peso corporal; todo lo que necesitan es un tapete para el piso. Para cada sesión, las personas en Formula Medicine desarrollan diferentes programas de entrenamiento para fuerza y resistencia. El servicio también incluye entrenamiento básico a través de videoconferencia.

La capacitación grupal en línea está funcionando tan bien que podrían continuar en el futuro. "Siempre digo "cada problema puede traer una oportunidad", explicó el Dr. Ceccarelli. "Así que ya estamos trabajando en nuestras instalaciones para implementarlo y tener más opciones para trabajar con cámaras web y videoconferencias para mantener esto después del COVID-19. Durante esta temporada, los pilotos viajan mucho, pero con una o dos sesiones de capacitación por semana en días libres todos podemos mantenernos conectados e interactuando. Y si un piloto, por ejemplo, tiene una pregunta sobre un ejercicio específico, podemos conectarnos fácilmente por video, sin importar dónde se encuentre."

El plan es continuar entrenando de todos modos hasta que se reanude la temporada. Tres veces a la semana, los pilotos de BMW y el BMW Junior Team se conectan a las reuniones desde sus hogares y van a toda velocidad durante una hora.

Citas sobre la capacitación en línea de Formula Medicine:



Philipp Eng: "Es genial que tengamos esta oportunidad e, incluso en estos tiempos, podemos entrenar tanto física como mentalmente con el Dr. Ceccarelli y su equipo a través de una video conferencia. Es genial que tengamos este servicio. Afortunadamente, la tecnología de hoy permite este tipo de cosas, y realmente disfruto participar."

Sheldon van der Linde: "Es algo realmente genial que nos ofrece Formula Medicine. Lo que me pareció genial de eso es que cuando estás en video y entrenando con tus otros compañeros de equipo, siempre te esfuerzas más. Esa es una de las razones por las que me encanta hacer esto. La otra razón es que tenemos nuestros increíbles entrenadores a bordo y he estado trabajando con ellos en la temporada baja en enero durante algunas semanas cuando estuve allí. Realmente disfruto trabajar con ellos, tenemos una relación realmente buena y es genial conocerlos en línea para entrenar ahora. Es importante para nosotros estar listos cuando comience la temporada y creo que con la Formula Medicine a bordo, los pilotos no tenemos nada de qué preocuparse. Con ellos estamos bien encaminados para estar lo más en forma posible para el comienzo de la temporada."

Bruno Spengler: "Creo que el Dr. Ceccarelli y su equipo realmente han tenido una gran idea, idear un nuevo programa de capacitación para nosotros varias veces a la semana, y para que luego podamos trabajar en ese programa junto con los otros pilotos en línea. Es muy divertido, ya que podemos vernos, conversar y entrenar juntos. Es fantástico poder entrenar junto con el Dr. Ceccarelli, su equipo y mis compañeros de BMW, además de mi otro entrenamiento."

Martin Tomczyk: "Los tiempos excepcionales exigen medidas excepcionales o, en este caso, métodos de entrenamiento excepcionales. Creo que el equipo de Formula Medicine y su líder, el Dr. Ceccarelli, realmente han hecho un buen trabajo en ese sentido. A través de una video conferencia, nos dan la oportunidad de entrenar en casa bajo su guía. Estamos prácticamente en las instalaciones de formación en Italia. Por lo general, es un entrenamiento de circuito, que es principalmente para fortalecer los músculos centrales y mejorar la resistencia y la velocidad. También te da un impulso para ver a los demás y entrenar en equipo, aunque todos están solos en casa. Es un cambio agradable del entrenamiento que actualmente sólo puedo hacer solo en casa."

Jens Klingmann: "Creo que es extremadamente bueno que tengamos las oportunidades técnicas para participar juntos en el deporte, incluso a distancia, aunque todos estén en casa solos. También es muy importante que no necesite ningún equipo, solo una colchoneta, ya que se trata de entrenar con su propio peso corporal. Cualquiera puede comenzar de inmediato, aunque debo decir que este entrenamiento con su propio peso corporal es extremadamente agotador. Sin embargo, es un gran motivador porque tus colegas de BMW también están allí y sabes que te están vigilando, por lo que los intentas aún más duro. Nos estimulamos mutuamente. Me parece algo genial, y sería excelente continuar después de la contingencia, porque puedes hacerlo absolutamente en cualquier lugar. Puedes unirse desde tu casa, una habitación de hotel, la playa, el paddock, un camión, en todas partes. Eso nos da una gran cantidad de flexibilidad, ya que nos esforzamos por mantenernos en forma física y seguir mejorando."



Max Hesse (BMW Junior Team): "Es genial. Los chicos realmente lo intentan y es realmente un trabajo duro. Obviamente, también es muy motivador hacer ejercicio con los entrenadores y otros conductores. Eso te estimula un poco más y hace que sea un poco más fácil completar el entrenamiento. Estamos usando el tiempo ahora para trabajar en nuestro entrenamiento realmente bien y también estamos haciendo entrenamiento mental para asegurarnos de que también estamos en plena forma mental para cuando las cosas se reanuden."

Dan Harper (BMW Junior Team): "Las sesiones de entrenamiento en línea con Formula Medicine son geniales. Son muy beneficiosos para mí y creo que también para todos los demás pilotos porque es una buena manera de seguir presionando con nuestro entrenamiento. Como estoy en el Reino Unido en este momento, no puedo estar afuera por más de una hora para hacer ejercicios o hacer estos entrenamientos digitales con Formula Medicine con los otros pilotos Junior, Max y Neil, además de los pilotos que realmente me están impulsando. Y también es muy divertido. Seguro que es un trabajo duro, así que realmente me mantiene en forma para cuando comience la temporada en Nürburgring y es una forma brillante de mantenerse en contacto con todos y mantener nuestro entrenamiento hasta donde debe estar."

Neil Verhagen (BMW Junior Team): "El entrenamiento en línea con Formula Medicine es realmente duro, pero excelente. Es agradable volver a ver la cara de todos y realmente disfruto el entrenamiento. Son útiles y es genial interactuar con todos de nuevo."

Acerca de BMW Group

Con sus cuatro marcas BMW, MINI, Rolls-Royce y BMW Motorrad, BMW Group es el fabricante Premium líder en vehículos y motocicletas; el cual, a su vez, proporciona servicios financieros y productos de movilidad de alta calidad. Al ser una empresa global, BMW Group opera 31 instalaciones de producción y ensamble en 15 países y cuenta con una red global de ventas en más de 140 países.

En 2019, BMW Group vendió más de 2.5 millones vehículos y más de 175 mil motocicletas en todo el mundo. La ganancia antes de los impuestos para el ejercicio 2019 fue de aproximadamente 7 mil 118 millones de euros sobre ingresos que ascienden a 104 mil 210 millones de euros. Al 31 de diciembre de 2019, BMW Group tenía una mano de obra de 126,016 empleados.

El éxito de BMW Group siempre se ha basado en el pensamiento a largo plazo y la acción responsable. Por ello, la compañía ha establecido la sustentabilidad ecológica y social en toda la cadena de valor, responsabilidad en los productos y un claro compromiso con la conservación de los recursos como parte integral de su estrategia.

www.bmwgroup.com

Facebook: <http://www.facebook.com/BMWGroup>

Twitter: <http://twitter.com/BMWGroup>

YouTube: <http://www.youtube.com/BMWGroupview>

Instagram: <https://www.instagram.com/bmwgroup>

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/bmwgroup/>

Acerca de BMW Group Latinoamérica

BMW Group en la región de Latinoamérica comercializa las tres marcas BMW, MINI y BMW Motorrad; así como en algunos países también se incluye la submarca BMW i. BMW Group México inició sus actividades a finales de 1994 y por tanto celebró en 2019 el 25 aniversario de presencia en este país.



En la región de Latinoamérica el primer importador se ubicó en Ecuador en 1958, con lo que se tiene presencia desde hace más de 50 años.

El Grupo cuenta con dos plantas en Brasil, una ubicada en Araquari, Santa Catarina, con enfoque en la producción de autos. La otra planta se ubica en Manaus, Amazonas, la cual es la primera instalación que fabrica vehículos de dos ruedas de la marca fuera de Alemania. En julio de 2014, se anunció la inversión de mil millones de dólares para la construcción y operación de una planta de producción en San Luis Potosí, México; la cual inició operaciones en 2019 con la nueva generación del BMW Serie 3.

La región de BMW Group Latinoamérica se compone de 28 países: Antigua, Argentina, Aruba, Bahamas, Barbados, Bolivia, Brasil, Curacao, Chile, Colombia, Costa Rica, Ecuador, El Salvador, Guatemala, Haití, Honduras, Islas Caimán, Jamaica, México, Nicaragua, Panamá, Paraguay, Perú, República Dominicana, Santa Lucía, Surinam, Trinidad y Tobago y Uruguay. De estos países, 28 ofrecen la marca BMW, 15 ofrecen la marca MINI, 15 ofrecen la marca BMW Motorrad y 7 la submarca BMW i.

Además, cuenta con una organización de servicio y postventa, que ofrece atención a clientes.

Para mayor información favor de contactar a:

Comunicación Corporativa - BMW Group Latinoamérica

Vladimir Mello	vladimir.mello@bmw.com.mx
Juan Bernardo Vázquez Mellado	bernardo.vazquezmellado@bmw.com
Zolveing Zúñiga	zolveing.zuniga@bmw.com.mx
Édgar Téllez	edgar.tellez@bmw.com.mx
Tania Gómora	tania.gomora@bmw.com.mx

Comunicación Corporativa - Planta San Luis Potosí (México)

Christine Graeber	christine.graeber@bmwgroup.com
Elizabeth Arreguín	elizabeth.arreguin@bmw.com.mx

Comunicación Corporativa - Argentina

Gonzalo Rodiño	gonzalo.rodino@bmw.com.ar
Tania Silva	tania.silva@partner.bmw.com.ar

Agencia de relaciones públicas regional - JeffreyGroup

Adriana Olmedo	aolmedo@jeffreygroup.com
Vanessa Angulo	vangulo@jeffreygroup.com
Antonio Domínguez	adominguez@jeffreygroup.com
Angela Del Castillo	adelcastillo@jeffreygroup.com
Federico Martínez	fmartinez@jeffreygroup.com
Guillermo García	ggarcia@jeffreygroup.com

Planta San Luis Potosí (México) - JeffreyGroup

Denys Méndez	dmendez@jeffreygroup.com
Marisol Borbolla	mborbolla@jeffreygroup.com
Arturo Tobias	atobias@jeffreygroup.com
Zaira Nolasco	znolasco@jeffreygroup.com

BMW Group pressclub

www.press.bmwgroup.com/mx.html
<http://www.press.bmwgroup.com/latin-america-caribbean?language=es>
www.press.bmwgroup.com/argentina/