



MAMBA
FOREVER



MENTALIDAD MAMBA

GUÍA VISUAL COMPLETA

PRINCIPIOS, PREPARACIÓN, LIDERAZGO,
COMPETENCIA Y LEGADO



BASADA EN LAS IDEAS CENTRALES DEL LIBRO DE KOBE BRYANT

1. ESENCIA DE LA MENTALIDAD MAMBA

La base no es el ego: es el amor al oficio.



01

AMOR POR EL JUEGO

La pasión genuina sostiene la constancia cuando nadie te ve.



02

SIN MIEDO AL ERROR

Probar, fallar, ajustar y volver es parte del proceso.



03

VISIÓN A LARGO PLAZO

La mejora real exige paciencia y enfoque en el proceso.



04

OBSESIÓN PRODUCTIVA

Cada día se gana afinando un detalle más.



05

AUTENTICIDAD

Construye tu identidad competitiva sin imitar superficialmente a otros.



IDEA FUERZA:

El talento abre puertas; la disciplina las mantiene abiertas.



CLAVES:

PASIÓN,

ENFOQUE,

PACIENCIA,

AMBICIÓN.



MAMBA
FOREVER

2. DISCIPLINA Y PRÁCTICA DELIBERADA

La excelencia nace de repetir con intención.

1



MADRUGAR PARA AVANZAR

Empezar antes crea horas extra de ventaja acumulada.

2



REPETICIÓN CON PROPÓSITO

No se trata de hacer más, sino de hacer mejor.

3



FUNDAMENTOS PRIMERO

Empieza cerca de la canasta y expande desde lo básico.

4



TRABAJO DURO DE VERDAD

Fuerza, técnica y constancia forman el oficio.

5



CURIOSIDAD ACTIVA

Hacer preguntas acelera el aprendizaje.

6



DETALLES QUE DECIDEN

Ritmo, ángulo, apoyo, mano y timing cambian el resultado.



LA PRÁCTICA DELIBERADA

convierte habilidades en reflejos confiables.



RUTINA



TÉCNICA



REPETICIÓN



CORRECCIÓN



3. PREPARACIÓN MENTAL Y APRENDIZAJE



MAMBA
FOREVER

La mente también se entrena fuera de la cancha.



1 ESTUDIO DE VIDEO

Analiza no solo lo que pasó, sino lo que pudo pasar.

>>>



2 LECTURA Y CONCENTRACIÓN

Leer entrena la atención y fortalece la presencia mental.

>>>



3 MENTORES

Aprender de los grandes acorta el camino.

>>>



4 PREPARACIÓN EMOCIONAL

Ajusta tu energía con música, silencio o respiración según la necesidad.

>>>



5 VISUALIZACIÓN

Imaginar escenarios prepara respuestas más rápidas.

>>>



6 PRESENCIA TOTAL

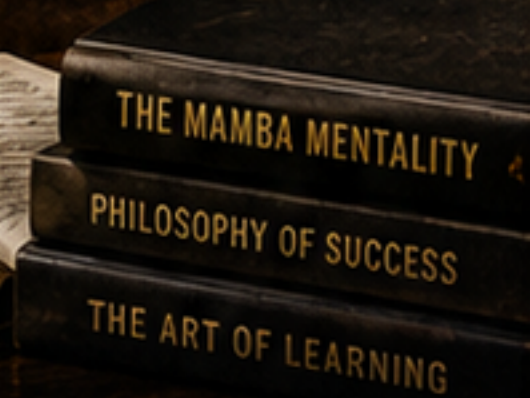
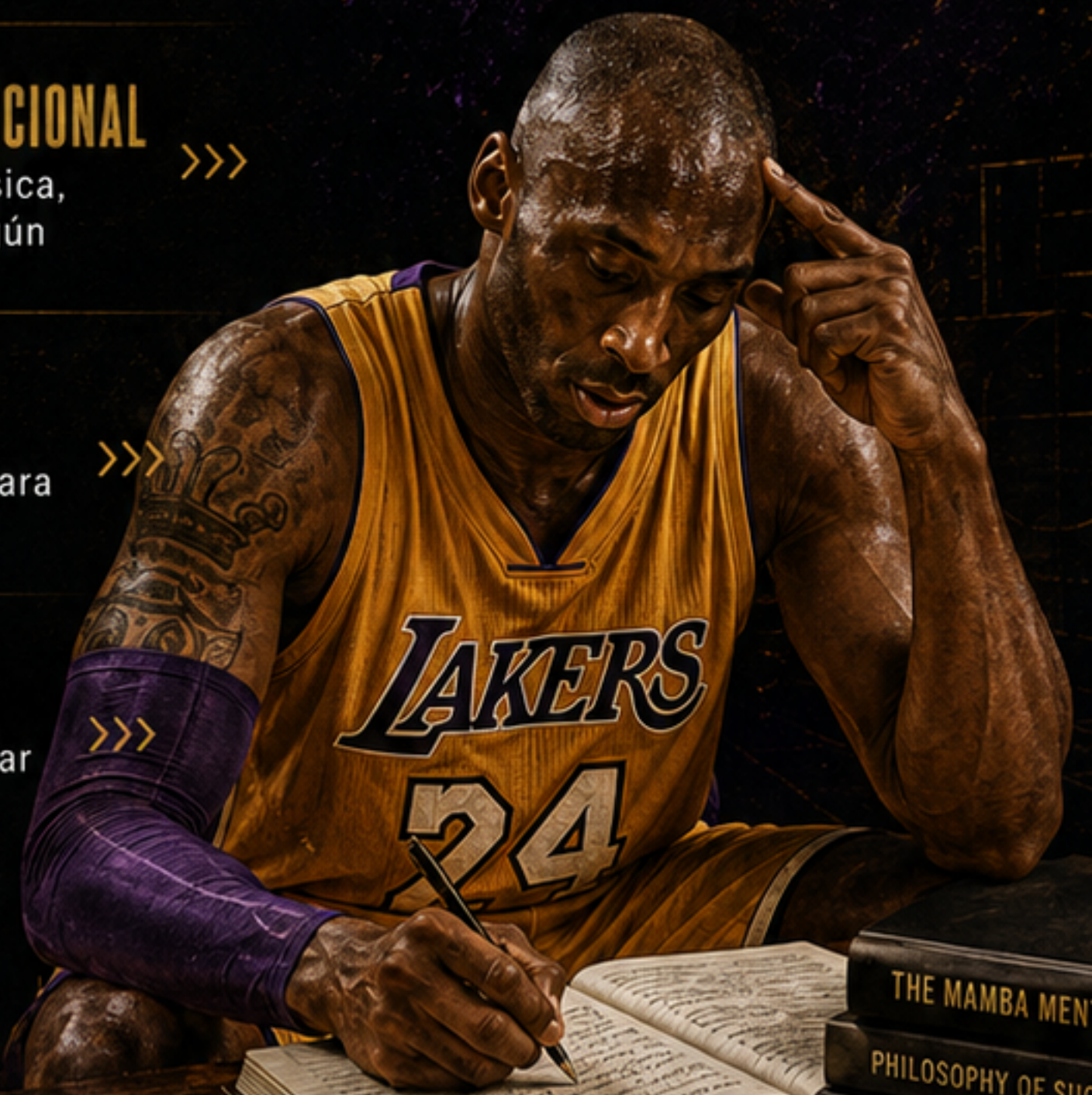
Entrena la mente para notar los pequeños detalles.

>>>



PENSAR MEJOR

permite
COMPETIR MEJOR.



VER



LEER



ESCUCHAR



REFLEXIONAR



APLICAR

MAMBA
FOREVER

4. CUERPO, RECUPERACIÓN Y DURABILIDAD

Recuperar bien también es entrenar.

1 FUERZA CONSISTENTE

La base física sostiene el rendimiento de alto nivel.



2 CARDIO Y RECUPERACIÓN

No solo importa correr; importa cuánto tardas en volver a estar listo.



3 ESCUCHA A TU CUERPO

La rutina ideal cambia según el momento y la sensación física.



4 CALENTAMIENTO CON OBJETIVO

Prepara exactamente lo que vas a usar.



5 POSPARTIDO

Hielo, contraste, descanso y cuidado reducen desgaste acumulado.



6 ADAPTARSE CON LA EDAD

La rutina cambia, pero el enfoque sigue intacto.



DURAR más tiempo también es una habilidad.



FUERZA



MOVILIDAD



RECUPERACIÓN



DESCANSO

5. LIDERAZGO, PRESIÓN Y COMPETENCIA



MAMBA
FOREVER

Competir también es elevar el estándar de todos.

01



LIDERAR CON EL EJEMPLO

El estándar personal da permiso al equipo para crecer.

02



EXIGIR ALTO NIVEL

La exigencia bien dirigida fortalece al grupo.

03



EQUIPO PRIMERO

El objetivo final pesa más que el brillo individual.

04



PRESIÓN COMO PRIVILEGIO

La presión revela preparación, carácter y confianza.

05



ESTUDIAR AL RIVAL

Conocer tendencias y hábitos crea ventaja competitiva.

06



INSTINTO DE DOMINIO

Juega para imponer intención, ritmo y decisión.

HERRAMIENTAS COMPETITIVAS



Juego de pies



Lectura defensiva



Manos activas

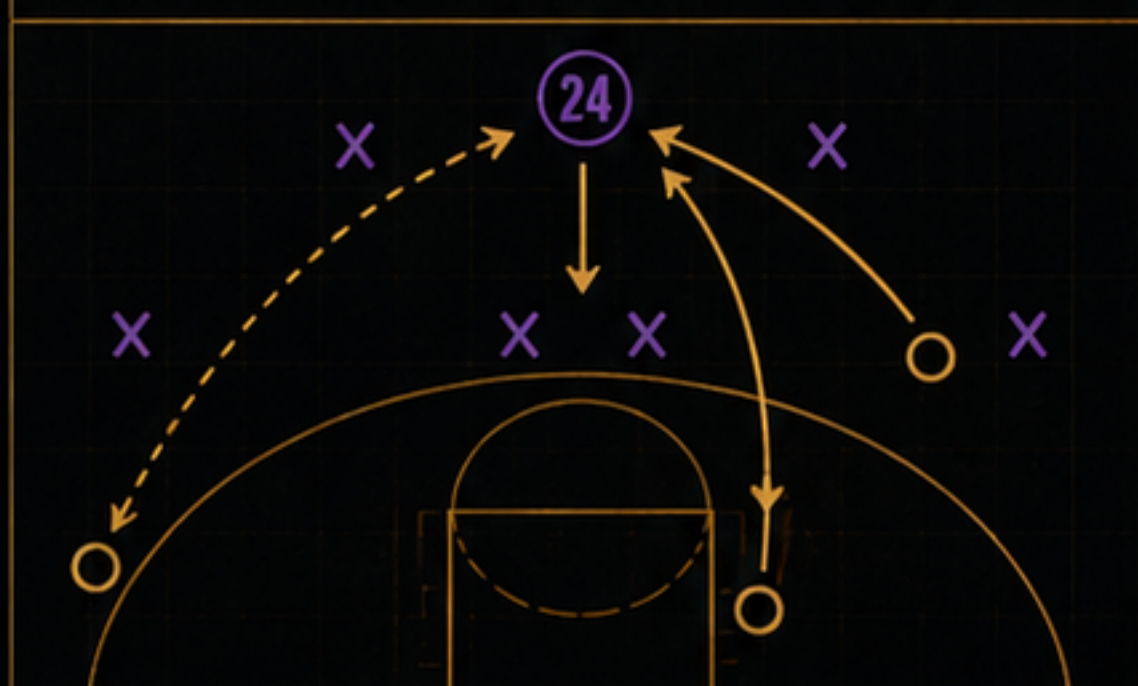


Contacto



Equilibrio

LECTURA • DECISIÓN • EJECUCIÓN



24 TU

○ COMPAÑEROS

X RIVAL

--> PASE

—> MOVIMIENTO



LA
**INTENSIDAD
CORRECTA**

eleva al individuo
y al equipo.

Kobe

VE MÁS ALLÁ • PIENSA MÁS RÁPIDO • ACTÚA PRIMERO



BASADA EN LAS IDEAS CENTRALES DEL LIBRO DE KOBE BRYANT

MAMBA
FOREVER

6. CÓMO APLICAR LA MENTALIDAD MAMBA

Convierte las ideas en hábitos diarios.

- 1**  **DEFINE TU ESTÁNDAR**
Decide qué significa para ti hacer las cosas al máximo nivel.
- 2**  **DISEÑA TU RUTINA**
Pon hora, estructura y orden a tu preparación.
- 3**  **GANLA MAÑANA**
Empieza antes y acumula ventaja.
- 4**  **ESTUDIA TU OFICIO**
Aprende de video, libros, experiencia y mentores.
- 5**  **MIDE LOS DETALLES**
Corrige pequeños errores antes de que se vuelvan hábitos.
- 6**  **PIDE FEEDBACK**
Busca crítica útil para acelerar tu crecimiento.
- 7**  **RECUPERA CON DISCIPLINA**
Descanso y cuidado también forman parte del rendimiento.
- 8**  **COMPITE SIN EXCUSAS**
Llega preparado y responde con carácter.



MENTALIDAD MAMBA =



PASIÓN

+



DETALLE

+



DISCIPLINA

+



RESILIENCIA

+



EJECUCIÓN

Útil para deporte, ventas, liderazgo, estudio y empresa.

