

0.0

Comentarios (0)

Rafael Romay

México Distrito Federal, México
Conferencista | Coach | Panelista

País de residencia: México

Nacionalidad: México

Idiomas: Español, Inglés

Áreas de conocimiento

Aventuras y Proyectos Nuevos, Limites Físicos y Mentales, Descubrimiento, Comunidad.

Descripción del perfil

Ultra Ciclista, Aventurero, Ingeniero y Chef, mezclando estas aptitudes para recorrer el mundo en bicicleta, con el propósito de compartir las experiencias y aprendizajes con la comunidad. Ofreciendo conferencias y platicas motivacionales para ayudar a la gente a salir de su zona de confort y comiencen su propio Journey. En 2018 comencé a realizar viajes y retos en bicicleta con el objetivo de volver mi pasión por el ciclismo y la comida, el motor de mi vida. Dándole la vuelta a la isla de Taiwán en 8 días (1,000 km), posteriormente cruce USA, desde Vancouver hasta Tijuana en 24 días (3,250 km) y termine el año realizando el reto Everesting alcanzando 9,025 metros de altura acumulada en 19:16 horas y 253 km. Dando comienzo a mi Journey. En Junio del 2019 cruce las 3 islas principales de Japón en 20 días, (2,750 km) y en Ago – Sep 2019 cruce 18 países en Europa (6,775 km) en 45 días. Durante mis Viajes comparto las experiencias locales, la comida y otros recursos para motivar a la gente a salir de su zona de confort y comenzar su Journey personal. Siendo viajes aspiracionales, donde los paisajes, la comida y las sonrisas son la sazón para que la audiencia se mantenga atenta a ellos. En 2020 comencé mi viaje mas demandante el All Around México, que pretendía implantar un récord Guiness , recorriendo los 32 estados de la república mexicana con sus capitales, 12,000 km en 84, el cual por causa de la pandemia tuvo que detenerse después de 6,000 km, 15 Estados y 50 días, pero pronto lo retomare. De 2018 a la fecha he recorrido mas de 35,000 km en Chun Li, mi fiel compañera, en 3 continentes y 23 países. Por mi profesión construyendo pistas profesionales de ciclismo, he viajado por 38 países, vivido en 7 de ellos en 4 continentes, dándome un panorama bastante amplio del mundo y de las sociedades.

Conferencias, Cursos o Talleres

Journey, todo comienza con la primera pedalada

De 1 Hora a 2 Horas

En esta conferencia, The Bike Chef, Rafa Romay, le presenta a la audiencia de forma dinámica como cada uno de ellos puede comenzar su Journey Personal, en el cual sus sueños, deseos o inquietudes, los vuelvan realidad al seguir procesos sencillos, que comparte en la conferencia. Utilizando sus experiencias en la bicicleta alrededor del mundo inspira a los oyentes a salir de la zona de confort para llegar a ese puerto que todos queremos llegar y ser felices mientras tanto. Comenzando por la definición de “Journey” el ultra ciclista aventurero invita a la comunidad a que pongan en la mira ese sueño o idea que no han podido materializar. Después de sensibilizar a los participantes, los lleva encima de su bicicleta a dar una pedalada tras otra para que logren avanzar en su proceso personal y crear esas ideas. Los conceptos principales de la conferencia son: • Journey: Descripción y concepto de los procesos que nos llevan a crear una nueva realidad en nuestra vida, además de permitirnos disfrutarlos en el camino. • Inventario: La necesidad de saber dónde estamos parados Hoy, cuantificando los recursos que tenemos y desde ahí comenzar a trabajar en el viaje que nos permita realizar nuestro sueño o idea. • Mapa: La capacidad de ordenar y plasmar nuestra idea, para tener todo lo necesario para materializarla, desde una investigación profunda, pasando por el apoyo de un mentor, hasta las etapas que tenemos que recorrer para alcanzarla. • Comparte: El concepto de compartir y disfrutar el camino es básico para que estas ideas se materialicen, abrir nuestra mente y corazón al concepto de comunidad es fundamental para lograrlo. En esta Conferencia de 60 minutos y 15 minutos de preguntas y respuestas, los participantes saldrán con una idea clara de

cómo pueden comenzar su propio Journey y disfrutar el camino a donde sea que los lleve.

Perfil en Mentes a la Carta

https://www.mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/rafael-romay