



James Lawrence

PERSONALIDAD DEPORTIVA

Los altos directivos piden a sus empleados que sigan rindiendo a pesar de que los objetivos cambian constantemente y la carga de trabajo no deja de aumentar. La mayoría de los consejos sobre resiliencia se quedan en el plano teórico y fracasan el día en que un equipo se encuentra realmente agotado. Lo que las organizaciones necesitan es una explicación concreta de cómo las personas mantienen su rendimiento a pesar de los fracasos repetidos, el cansancio y las dudas sobre sí mismas, sin rendirse.

James Lawrence, conocido como el «vaquero de hierro», es un deportista de resistencia que ostenta dos récords mundiales Guinness y que ayuda a las organizaciones a reforzar la resiliencia personal y de equipo basándose en la disciplina de hacer bien una cosa difícil cada día.

biografía de James Lawrence 2026

Por qué las organizaciones trabajan con James Lawrence

- Cuenta con dos récords mundiales Guinness verificables y es el único que ha completado el reto «100 en 100» de Ironman, lo que aporta a cualquier charla sobre resiliencia una base empírica que la mayoría de los oradores motivacionales no pueden igualar.
- Sus intentos de 50.50.50 y Conquer 100 están documentados en vídeo, en un libro escrito junto a Matt Fitzgerald y en reportajes de la CNN y Sports Illustrated. La historia ha sido verificada de forma independiente, por lo que el público no tiene que creerla a pies juntillas.
- Desglosa lo que parece una hazaña sobrehumana en mecanismos operativos que se traducen en equipos de trabajo: hitos diarios, pequeñas acciones repetibles, el papel del equipo de apoyo, la recuperación como parte del trabajo.
- Cuenta con una presencia creíble en cenas y conferencias, basada en un arco narrativo que conecta con públicos diversos, desde reuniones de lanzamiento de ventas hasta encuentros de liderazgo fuera de la oficina.

Aspectos destacados de su biografía

- Dos récords mundiales Guinness: 22 carreras de media distancia Ironman en un año (2010/2011) y 30 carreras de distancia completa Ironman en un año (2012).
- Completó el 50.50.50 en 2015: 50 triatlones de distancia Ironman completa en 50 días consecutivos a lo largo de 50 estados de EE. UU.
- Completó el Conquer 100 en 2021: 100 triatlones de distancia completa consecutivos en 100 días, ampliados a 101, con un total de 14 060

DISPONIBLE PARA

- Aparición como invitado
- Compromiso tras la cena
- Conferencias
- Televisión y medios de comunicación

TEMAS DE CONVERSACIÓN DE JAMES

- Máximo Rendimiento
- Motivación e inspiración

IDIOMAS: Inglés

millas.

- Protagonista del documental Iron Cowboy: The Story of the 50.50.50, distribuido en Apple TV y Amazon Prime Video.
- Autor de Iron Cowboy: Redefine Impossible, escrito en colaboración con el periodista deportivo Matt Fitzgerald y publicado por Regan Arts en 2017.
- Los ingresos de Conquer 100 se destinaron a Operation Underground Railroad, una organización sin ánimo de lucro dedicada a la lucha contra la trata de personas.

Biografía

La mayor parte del contenido sobre resiliencia en el mercado corporativo es teórico. El trabajo que hay detrás de las conferencias magistrales de James Lawrence no lo es. En 2015 completó 50 triatlones Ironman de distancia completa en 50 días consecutivos a lo largo de 50 estados de EE. UU. En 2021 repitió la hazaña duplicando la distancia, completando 101 triatlones de distancia completa consecutivos en 101 días, más de 14 000 millas nadando, en bicicleta y corriendo. Ambos intentos están documentados de forma independiente.

Estos dos eventos se suman a una trayectoria aún más larga. Ostentó un récord mundial Guinness por completar 22 medias Ironman en un año, y luego estableció un segundo récord por completar 30 Ironman de distancia completa en un año natural. La comunidad del deporte de resistencia lo toma como referencia de lo que un ser humano, con el apoyo adecuado, es capaz de soportar.

Lo que aporta a un escenario no es el espectáculo, sino el sistema que hay detrás. Hitos diarios en lugar del kilometraje total. Un modelo de apoyo claro: fisiólogo, preparador físico, nutricionista, compañero de carrera, familia. La recuperación tratada como parte de la carga de trabajo, no como una recompensa por completarla. El argumento se traslada claramente a los equipos que llevan a cabo largos programas de cambio, integración, reestructuración o prestación sostenida de servicios al cliente, donde la cuestión no es si el objetivo es posible, sino si alguien puede seguir estando presente.

Documentó el intento del 50.50.50 en *Iron Cowboy: Redefine Impossible*, coescrito con Matt Fitzgerald y publicado por Regan Arts en 2017, y en el documental del mismo periodo. Los beneficios de *Conquer 100* se destinaron a Operation Underground Railroad, una organización sin ánimo de lucro contra la trata de personas. El marco de la causa importa: los récords no eran el objetivo en sí mismos.

Temas clave de sus charlas

- Resistencia y rendimiento humano
- Resiliencia personal bajo presión sostenida
- Establecimiento de objetivos y ejecución diaria
- Fortaleza mental y superación de la inseguridad
- Diseño de equipos y sistemas de apoyo
- Liderazgo a través de programas largos y exigentes

Ideal para

- Reuniones de lanzamiento de ventas y conferencias anuales en las que el año que viene se plantea como una campaña prolongada
- Retiros de liderazgo centrados en la resiliencia, el agotamiento y el

rendimiento sostenido

- Sesiones tras la cena en eventos de clientes y socios en los que el público es variado y se necesita una narrativa sólida

Resultados para el público

- Un punto de referencia concreto de cómo es la ejecución diaria disciplinada en condiciones de fatiga
- Un lenguaje operativo para dividir programas largos y exigentes en hitos diarios
- Una descripción específica de cómo se estructura y utiliza un sistema de apoyo en torno a una persona de alto rendimiento
- Una confianza renovada en que los objetivos que parecen imposibles son, a menudo, una secuencia de problemas diarios resueltos

James Lawrence's 2026 charlas & temas

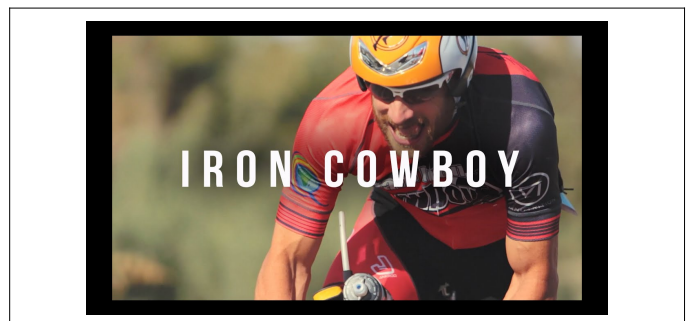
Redefinir lo imposible

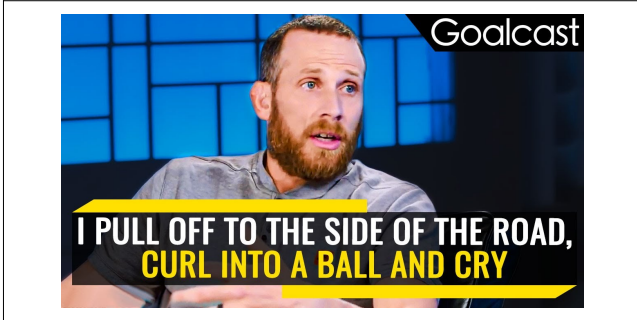
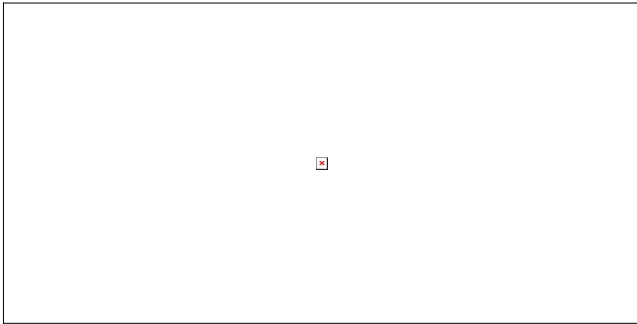
Un relato en primera persona de los retos «50.50.50» y «Conquer 100», estructurado en torno a la disciplina operativa diaria que hizo posible completarlos.

Puntos clave:

- Cómo dividir un objetivo que parece imposible en un problema diario que no lo es
- El papel de un equipo de apoyo diseñado deliberadamente en el rendimiento personal sostenido
- Por qué la recuperación, las prioridades y el propósito forman parte de la ejecución, y no están separados de ella

James Lawrence's Videos





Lo que dicen los clientes de James Lawrence

...la historia que escuché contar a James no solo me hizo emocionarme y llorar unas tres o cuatro veces mientras hablaba. Eso hizo que, durante el viaje de vuelta a casa, no pudiera dejar de sollozar y me sintiera abrumadoramente feliz por todo lo que había aprendido al escucharlo y por saber que ahora podía hacer lo que quisiera... James «IRON COWBOY» Lawrence, ¡¡¡muchas gracias, señor!!!

Jeremy Merchant

Clif Bar

Disfrutamos muchísimo del tiempo que pasamos con James. Sus historias nos inspiraron a muchos con su mensaje sobre la resiliencia del espíritu humano y el poder que nuestras decisiones pueden tener sobre nuestras circunstancias. ¡Te hará sentir animado, motivado y listo para hacer algo que marque la diferencia!

Dale Ducommon

Director general de la panadería, Clif Bar Baking Co., de Twin Falls, Idaho

¡Realmente se notaba que había prestado atención a nuestros comentarios, ya que la ponencia que impartió parecía hecha a medida para nuestra comunidad y nuestro evento! He recibido comentarios abrumadoramente positivos de los asistentes sobre la ponencia de James. No paraban de elogiarlo, y una de las frases más repetidas fue: «¡James ha sido el mejor ponente que hemos tenido en uno de nuestros eventos en los últimos años, si no de toda la historia!». Realmente llevó su presencia de «Iron Cowboy» al escenario, cautivando a nuestra comunidad con su experiencia al entrelazar a la perfección imágenes, citas y vídeos. Fue encantador y memorable incluso cuando tuvimos un fallo técnico con el vídeo: mantuvo alta la energía de los asistentes en todo momento.

Procter & Gamble