

# ALLENARE L'ATLETA INTERIORE®

## COACHING, MENTAL TRAINING E NEUROSCIENZE APPLICATI ALLA RIABILITAZIONE DELL'ATLETA

**MILANO** 31 gennaio-1 febbraio 2025

### DOCENTE

**Franco ROSSI**

Dottore in Scienze motorie, Formatore e coach professionista con credenziale della International Coaching Federation (ICF), Inner Game™ practitioner, speaker. Co-fondatore di INCOACHING®

**Luciano SABBATINI**

Dottore in Fisioterapia e Scienze motorie, Allenatore di III grado con esperienza pluridecennale nella pallavolo, Preparatore atletico, dal 2014 mental coach di Gianmarco Tamperi, e altri atleti di interesse nazionale e internazionale. Formatore per il CONI e la FIPAV

**16 ECM**

Tutte le figure sanitarie, Osteopati, Massofisioterapisti, MCB, Laureati in Scienze motorie, Studenti dell'ultimo anno del CdL

€ 400 IVA inclusa



**RISPARMIA - consulta le OFFERTE**

*"L'avversario che si nasconde nella nostra mente è molto più forte di quello che troviamo dall'altra parte della rete." T.W. Gallwey*

L'incidenza della mente sulla prestazione ha un impatto decisivo in ogni persona e in ogni ambito, per questo motivo deve essere considerato come parte integrante per la sua evoluzione e per poter ottenere risultati rilevanti e durevoli nel tempo.

L'allenamento della mente non deve essere considerato sostitutivo al lavoro svolto con il tecnico, con il preparatore atletico o con il fisioterapista, ma complementare a questi affiancandosi nello sviluppo della consapevolezza e della motivazione, nell'utilizzo del pieno potenziale e nella sua trasformazione in risorse, nel miglioramento complessivo del suo approccio in vista del return to play.

Con questa visione completa della persona possiamo trasferire queste metodiche al lavoro non solo con l'atleta infortunato, per ottimizzare e velocizzare il suo recupero, ma anche sui pazienti che, quotidianamente, svolgono un percorso riabilitativo in strutture private o pubbliche

## PROGRAMMA

**Due giornate - h. 9.00-18.00**

### L'Atleta Interiore®

- Introduzione
- La formula della prestazione umana

### Fondamenti del Coaching

- Gli occhiali del Coaching
- Il potenziale della persona e la sua unicità

### La centralità della relazione

- Comunicazione vs Relazione
- L'assertività potenziante dell'operatore

### Tecniche di comunicazione applicata

- Comunicare con efficacia
- Il dialogo evolutivo con il paziente/atleta

### Lavorare per obiettivi

- Zone di sviluppo personale
- Modulatore di efficacia per Obiettivi
- Le Variabili di Incidenza Prestazionale (V.I.P.)

### Il piano d'azione

- La relazione situazionale per il recupero ottimale

### L'apprendimento, il ri-apprendimento e la correzione

- Fasi: REC / PLAY
- Fluidità esecutiva
- Il Differential Learning e il Constraints Led Approach
- Visualizzazione per l'apprendimento e la correzione (PETTLEP)
- Training emozionale

Valutazione ECM



**NEW**

### Trainers

**Franco Rossi:** laureato in Scienze motorie.

Co-fondatore di INCOACHING® ([www.incoaching.it](http://www.incoaching.it)), scuola di formazione e società certificata nel servizio professionale di coaching.

Formatore e coach professionista con credenziale della International Coaching Federation (ICF), Inner Game™ practitioner, speaker. Co-ideatore del modello Coaching Evolutivo® e della teoria del Meta-potenziale CARE®.

Co-autore dei libri L'essenza del Coaching (FrancoAngeli, 2012), Tappo a chi?! (FrancoAngeli, 2014), L'evoluzione del Coaching (FrancoAngeli, 2019), L'Atleta Interiore (FrancoAngeli, 2021).

**Luciano Sabbatini:** laureato in Scienze Motorie (ISEF) e in Fisioterapia, con un Master in Formazione.

Allenatore di III grado con esperienza pluridecennale nella pallavolo, preparatore atletico, dal 2014 mental coach di Gianmarco Tamperi, Campione Europeo, Mondiale o Olimpico di salto in alto, e di molti altri atleti di interesse nazionale e internazionale nel volley, nella scherma, nel judo, nell'atletica, nel calcio e nel tennis. Formatore per il Comitato Olimpico Nazionale Italiano (CONI) e per la Federazione Italiana Pallavolo (FIPAV). Autore di numerose pubblicazioni su siti e riviste nazionali, co-autore del libro ABC... coach: percorso di allenamento del corpo, della mente e delle emozioni (Il mio libro, 2016), L'Atleta Interiore (FrancoAngeli, 2021).