



Ti alleni fisicamente?

Ti alleni tecnicamente?

Ti alleni mentalmente?

Una coppia equilibrata
consapevole delle proprie potenzialità
motivata

è **UNA COPPIA VINCENTE**

ALLENAMENTO MENTALE

con un Mental Coach Sportivo qualificato *

Per:

- gestire il rapporto di coppia evitando le trappole emotive che trasformano il confronto in litigio;
- gestire l'ansia pre-gara trasformandola da nemica in alleata;
- gestire emotivamente le sconfitte, le vittorie, traendone i giusti feedback.

Un incontro ha la durata di 90 minuti circa (anche via Skype)

* iscritto all'Assocoaching ai sensi del comma 4, art. 2 L. 4/2013.



Sei una scuola di ballo che cura la preparazione psicofisica delle proprie coppie in ogni dettaglio?

Sei una scuola di ballo che cerca sempre di dare ai propri atleti nuovi stimoli e nuove opportunità di crescita?

Sei una scuola di ballo che organizza "STAGE" durante la stagione agonistica?

Inserisci nei tuoi "STAGE" incontri* di :

ALLENAMENTO MENTALE

con un Mental Coach Sportivo qualificato**

che aiuterà i tuoi ballerini a:

- gestire il rapporto di coppia evitando le trappole emotive che trasformano il confronto in litigio;
- gestire l'ansia pre-gara trasformandola da nemica in alleata;
- gestire emotivamente le sconfitte, le vittorie, traendone i giusti feedback.

Una coppia equilibrata, consapevole delle proprie potenzialità e motivata è
UNA COPPIA VINCENTE

* Un incontro ha la durata di 90 minuti circa

** iscritto all'Assocoaching ai sensi del comma 4, art. 2 L. 4/2013.