

# MENTAL WELLNESS ACCENDI IL TUO TALENTO SPORTIVO

Seminario condotto da Roberta Mariotti, Cecilia Morini, Matteo Loporchio e Matteo Rampin

A RiminiWellness il 31 maggio alle 16.00 – Sala Tiglio 2

*Rimini, 29 maggio 2014* – Anche Roberta Mariotti di Consulenza Strategica s'inserisce nel ricco calendario di eventi, workshop proposto da Rimini Wellness, la manifestazione giunta quest'anno alla sua 9° edizione in programma dal 30 maggio al 2 giugno presso Rimini Fiera.

Roberta Mariotti nell'occasione proporrà **Mental Wellness – Accendi il tuo talento sportivo**, seminario pratico condotto unitamente a Cecilia Morini, Matteo Loporchio e Matteo Rampini sabato 31 maggio alle ore 16.00 presso la Sala Tiglio 2 .

L'allenamento non passa solo per il corpo, la forma fisica e le performances vanno anche costruite mentalmente poiché ogni qualità, se non gestita in modo adeguato, può rappresentare un limite e ogni punto debole, se affrontato con i giusti strumenti, può tramutarsi in risorsa.

Come trasformare un atleta in un campione? E' il talento la chiave del successo, oppure ciascuno ha la possibilità di far crescere le proprie potenzialità attraverso l'impegno e l'esperienza?

**La "squadra" dei quattro esperti in mental wellness, professionisti dell'ambito psicologico e medico, punterà il focus su come allenare i talenti illustrando tecniche mirate e possibili percorsi di miglioramento.**

I relatori illustreranno alcune applicazioni pratiche di tecniche comunicative, terapeutiche, ipnotiche e motivazionali indicate nelle situazioni più tipiche dell'ambito sportivo e discuteranno la loro validità nello sbloccare meccanismi mentali inceppati e nel migliorare lo stato psicofisico dell'atleta e del team.

Obiettivo: accendere l'interruttore del fuoriclasse che è in ognuno di noi, coinvolgendo corpo, mente ed emozioni per il successo nella disciplina sportiva praticata.

Il seminario, a titolo gratuito e riservato a un numero limitato di partecipanti, è rivolto ad atleti professionisti e amatori, allenatori, tecnici, insegnanti, educatori e genitori.

L'evento è patrocinato dall'Accademia Italiana Wellness.

Per informazioni e iscrizioni [segreteria@consulenzastrategica.com](mailto:segreteria@consulenzastrategica.com) – Tel.:

0541 22890

**Roberta Mariotti**, psicologa e psicoterapeuta, da oltre 20 anni è consulente, coach e trainer di numerose aziende, enti pubblici e privati (fra cui Technogym, Esercito Italiano, I.S.S. San Marino, FIF Ravenna). Ideatrice della Scuola di Comunicazione e potere personale® e promotrice del coaching camminando è consulente e coach di atleti, allenatori, professionisti, imprenditori e artisti per la gestione dello stress, il miglioramento della performance, la ricerca del benessere fisico, mentale ed emotivo.

**Cecilia Morini**, psicologa e psicoterapeuta – master in Psicologia dello Sport, affianca alla pratica clinica quella della Psicologia del Benessere, sperimentando tecniche all'avanguardia per la promozione del benessere psico-fisico di ogni individuo. E' docente per Elav (Ricerca e Alta Formazione per le Scienze Motorie) e da circa 10 anni si occupa di miglioramento della performance in ambito sportivo, collaborando con atleti ad alto livello. Dal 2011 è preparatrice mentale di Arianna Errigo, Campionessa Mondiale in carica di Fioretto femminile, vincitrice oro a squadre e argento individuale alle Olimpiadi di Londra 2012.

**Matteo Loporchio**, psicologo psicoterapeuta, è cultore di logiche non ordinarie, soluzioni paradossali e tecniche ipnotiche. Master in Psicologia dello Sport, si occupa dei risvolti psicologici applicati nella pratica sportiva.

**Matteo Rampin**, psichiatra e psicoterapeuta, ha pubblicato una trentina di libri sui temi del problem solving non convenzionale, del cambiamento e del miglioramento, tra cui "Lo sport dal collo in su" (premiato dal CONI), "Andare avanti guardando indietro" (con Mauro e Mirco Bergamasco), "Elogio della fatica" (di prossima uscita, scritto assieme a dieci campioni mondiali e olimpici di varie discipline). È consulente personale di atleti, allenatori, manager e artisti di livello internazionale.

Ufficio stampa: Nuova Comunicazione Associati tel. e fax 0541 55590

Laura Ravasio [ravasio@nuovacomunicazione.com](mailto:ravasio@nuovacomunicazione.com) cell. 348 9330574

1. nuovacomunicazione.com