



TT ORMA
con la sua **Accademy**
presenta

The Futuristic Stage

Il Primo corso professionale di TennisTavolo basato sulla metodologia dei Veri Professionisti Sportivi.

Innovativo e rivoluzionario questo stage si pone l'obiettivo di far migliorare la tua performance.

Per la prima volta sul territorio nazionale sarà presentato uno stage con una nuova struttura di training...

All' importante componente tecnica, saranno integrate **le nuove strategie dell'allenamento mentale sportivo.**

Tecnici professionali e MentalCoach sportivo saranno al tuo servizio per sviluppare al meglio il tuo vero potenziale.

Più che uno stage è una vera grande opportunità che abbiamo ideato per far migliorare le tue già importanti doti.

**“Cogliere le opportunità
è spesso l'inizio di una grande impresa !!**

SEDE DEL CORSO
PALAORMA – LOC. CA'ROSSA-CONCAGNO DI SOLBIATE C.CO (CO)

STAFF TECNICO :

SIMONE SPINICCHIA TECNICO QUALIFICATO FITET
GIOVANNI PALAZZOLI TECNICO QUALIFICATO FITET
ANDREA ARNABOLDI MENTAL COACH QUALIFICATO

PERIODO DI SVOLGIMENTO :

IL CORSO SI TERRA' NEI GIORNI 27 E 28 DICEMBRE 2016

ORARI : 10.00 – 12.00 E 14.00 – 16.00

QUOTA DI PARTECIPAZIONE € 140.00-

CORSO LIGHT GIORNO 29 DICEMBRE 2016

ORARI : 10.00 – 12.00 E 14.00 – 17.00

QUOTA DI PARTECIPAZIONE € 80.00-

PER LE SOCIETA' CON ALMENO CINQUE ISCRITTI SCONTO DEL 10%

I CORSI SI SVOLGERANNO CON UN MASSIMO DI VENTI ATLETI ED UN NUMERO MINIMO DI ATLETI ISCRITTI DI DIECI.

ASD TENNISTAVOLO ORMA SI RISERVA LA POSSIBILITA' DI VARIARE ORARI E QUANTALTRO A SUA DISCREZIONE.

TERMINE MASSIMO PER ISCRIVERSI IL 18.12.2016

CONTATTI :

LORENZO TEL. 3477699323

PAOLO TEL. 3357740756

MAIL tennistavolo.orma@libero.it

POSSIBILITA' DI PRANZO PRESSO UN RISTORANTE CONVENZIONATO

PERCHE' FREQUENTARE :

AREA MENTALE

- Accrescere la fiducia in se stessi e nelle proprie prestazioni
- Gestire il focus e la concentrazione
- Mantenere alta la motivazione nei vari contesti
- Gestire i cambiamenti
- Ridurre tempi di recupero
- Vivere il momento presente

TECNICHE UTILIZZATE :

- Strategie di coaching
- Mindfulness
- Comunicazione efficace
- Feedback precisi ed immediati
- Situazioni reali di partita

La nostra performance ottimale è data da :

- Preparazione tecnica
- Preparazione tattica
- Materiali
- Alimentazione
- Il tutto sorretto da una preparazione mentale

Quindi è fondamentale essere pronti e prepararsi su qualsiasi di queste aree per migliorare la tua prestazione.

Il corso sarà basato su esercizi pratici che miglioreranno la tua tecnica alla quale sarà integrato l'allenamento mentale per sviluppare al meglio il tuo potenziale!

L'UNICO LIMITE A QUANTO IN ALTO POSSIAMO ANDARE

E' QUANTO CREDIAMO DI POTER SALIRE