

CIRCO MASTERS

il mondo dell'agonismo over 30

Ipnosi e coaching mentale

collaboratori di VITALIANO DAMIOLI

ORESTE PECCEDI
FERDINANDO MAZZOLENI
ROLANDO GALLI

inviare lettere e commenti a
CIRCOMASTERS@SCIAREMAG.IT



Il 30 settembre, a Torino, ha avuto luogo la «Giornata esperienziale di ipnosi sportiva» promossa da Max Dammioli, con l'autorevole intervento di Beppe Vercelli, fondatore di SFERA, il Centro di psicologia dello sport, noto al grande pubblico dello sci alpino per essere il punto di riferimento della squadra azzurra per quanto riguarda gli aspetti psicologici e mentali dello sci agonistico. L'evento fa parte di un programma di espansione dell'attività del coaching mentale nello sport. Con il golf, il tennis, il motociclismo e molte altre discipline, lo sci fa parte degli sport in cui la mente ha un ruolo estremamente importante. Si ha ragione di credere che anche gli atleti Master, soggetti di enorme interesse in questo settore, siano suscettibili di migliorare il loro potenziale latente, trasformando i blocchi di tipo emotivo e inconscio, verso il massimo risultato nell'atto sportivo.

L'intervento di *Sciare* nell'incontro di Torino ha fatto emergere alcune prerogative del metodo SFERA, di eccezionale interesse per un atleta Master che punta al proprio miglioramento tecnico-agonistico. In sostanza, e volendo semplificare: il metodo SFERA per la prestazione di eccellenza può essere particolarmente utile al Master, consentendogli risultati migliori persino rispetto a un giovane atleta ancora immaturo emotivamente. Queste e ulteriori informazioni sul metodo SFERA si possono avere su info@psycosport.com.

Un «allenatore della mente»

Beppe Vercelli, psicologo (qui a sinistra con la divisa della nazionale italiana) è famoso anche al grande pubblico per aver accompagnato il nostro fuoriclasse Giorgio Rocca alla conquista dell'ultima Coppa del Mondo di slalom. Ha fondato nel 1998 SFERA, Centro di psicologia dello sport, l'unico a livello universitario in Italia, incentrato sul metodo della massima prestazione. Beppe Vercelli è anche autore di molti libri. Il più recente ha per titolo: *Vincere con la mente*, ed è reperibile oltre che in libreria anche su www.ibs.it.

WEST SCOUT®
ERFETTO
www.westscout.com