

VareseNews

Tutti vogliono vincere ma quanti si preparano a farlo? A Varese si parla di sport e mente

Pubblicato: Giovedì 18 Novembre 2021



Storie di sport e approfondimenti legati all'importanza dell'allenamento mentale: è il programma della serata organizzata per martedì 23 novembre (si comincia alle 20,45) nella Sala Montanari di Varese (via dei Bersaglieri 1) a cura dell'Associazione Tre Valli Varesine. Il gruppo che si è affiancato alla S.C. Binda per promuovere incontri e iniziative collaterali alla grande gara ciclistica di casa nostra.

Ospiti dell'appuntamento saranno Edward Ravasi, corridore ciclista professionista in forza alla Eolo-Kometa, Lucas Filipas, dottore in scienza dello sport e allenatore endurance e Andrea Arnaboldi, ultra trailer ma anche performance coach: a coordinare l'incontro è stato invece chiamato Francesco Pierantozzi, giornalista di Sky e volto noto dello sport cittadino per essere stato anche presidente del Rugby Varese.

Partendo da una domanda ("Tutti vogliono vincere ma quanti si preparano veramente a vincere?") gli ospiti si addenteranno in un percorso interamente dedicato all'evoluzione psicofisica nell'allenamento dello sportivo professionista ed amatoriale. Si parlerà di studi all'avanguardia, esperienze sul campo, confronto tra figure professionali diverse e complementari che faranno osservare l'atleta nella sua completezza, a 360°, con il fine ultimo di permettergli di esprimere al meglio il suo potenziale.

L'ingresso alla Sala Montanari è libero a tutti e gratuito, fatto salvo il rispetto delle normative sanitarie in vigore.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it