

Michele Grotto e Ivan Basso “accendono la mente” a Varese

Pubblicato: Venerdì 17 Aprile 2026



Gratuito



Libreria Mondadori di Varese



Mondadori Bookstore, Via Emilio Morosini

Un incontro tra sport, neuroscienze e crescita personale. **Martedì 21 aprile alle 17.30** la Libreria Mondadori di via Morosini a **Varese** ospiterà la presentazione del libro **“Accendi la mente”**, scritto da **Michele Grotto** insieme all’ex campione di ciclismo **Ivan Basso**.

L’appuntamento rientra nel tour nazionale del volume, pubblicato da **Bompiani**, e rappresenta una delle tappe lombarde di un progetto che unisce due percorsi molto diversi ma complementari: quello della **performance sportiva** e quello dell’**allenamento mentale**. “Accendi la mente” nasce dall’incontro **tra approcci differenti**: da una parte le neuroscienze applicate e lo studio dei processi decisionali, dall’altra l’esperienza diretta dello sport ad alto livello.

Michele Grotto è un professionista dell’ambito formativo e della performance, specializzato nella **“architettura delle scelte”**, ovvero nello studio di come le decisioni si formano e influenzano i risultati.

Il suo lavoro si concentra su **aziende, professionisti e sportivi**, con un approccio che unisce psicologia cognitiva e applicazioni pratiche. Nel libro porta il contributo delle neuroscienze, spiegando come i comportamenti quotidiani siano spesso determinati da meccanismi mentali automatici, modificabili attraverso metodo e consapevolezza.

Con Grotto ci sarà un campione che non ha bisogno di presentazioni: **Ivan Basso**, da Cassano Magnago, ha vinto due Giri d'Italia (2006 e 2010), è stato campione del mondo Under 23 e ha conquistato una trentina di successi da "pro". Oggi dirige, insieme ai fratelli Contador, la **Polti-VisitMalta**, formazione di **categoria Professional** che prenderà il via anche al prossimo Giro. Nel libro Basso **traduce in parole l'esperienza maturata in carriera**: la costruzione della prestazione, la gestione della pressione, la capacità di affrontare momenti difficili. Il suo contributo rafforza l'idea centrale del volume: la mentalità vincente non è un talento innato, ma una competenza allenabile nel tempo.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it