



Per informazioni

Rivolgersi alla

Segreteria

dal lunedì al venerdì
dalle ore 9:30 alle
ore 15:30

Tel

0574 597662

Fax

0574 529075

e-mail:

segreteria@csapr.it

WORKSHOP

Il Mental Training: incremento e ottimizzazione della performance sportiva.

RELATORE: Dott.ssa Daniela Tortorelli

Psicologa dello sport, psicoterapeuta, didatta scuola di specializzazione CSAPR di Prato, membro del direttivo nazionale AIPS (Associazione Italiana Psicologia dello Sport), membro del direttivo nazionale SIPPR (Società Italiana Psicologia e Psicoterapia Relazionale).

OBIETTIVO FORMATIVO:

L'obiettivo del corso è fornire ai partecipanti le conoscenze di base per impostare un programma di ottimizzazione della performance (mental training) in atleti praticanti attività agonistica.

PROGRAMMA:

La giornata di lavoro prevede la trattazione dei seguenti argomenti:

- il colloquio in psicologia dello sport
- procedure di base nomotetiche e idiografiche base per l'assessment
- progetto di preparazione mentale (mental training)
- strategie di intervento per le abilità mentali di base

Il corso prevede esperienze pratiche.

DESTINATARI: Il workshop si rivolge a Psicologi, Psicoterapeuti e Medici interessati a conoscere e approfondire le tematiche e le procedure base di mental training e di incremento della prestazione sportiva.

MODALITA' DI PARTECIPAZIONE:

Il corso sarà effettuato al raggiungimento di un numero minimo di 8 partecipanti e prevede un numero massimo di 25 iscritti per garantire la partecipazione attiva ai corsisti.

C.S.A.P.R.

Viale Vittorio Veneto, 78

59100 Prato

Tel.: 0574/597662

Fax: 0574/529075

E-mail: segreteria@csapr.it

www.scuolarelazionaleprato.it

La partecipazione al workshop prevede un costo di:

70,00 euro+IVA per allievi, ex allievi, corsisti e docenti del CSAPR

90,00 euro+IVA per esterni

VENERDÌ 12 GIUGNO 2015

ORE 9.30—18.30

L'attività avrà luogo presso la sede C.S.A.P.R. in Viale Vittorio Veneto 78, Prato.