IMPORTANZA DELL'ALLENAMENTO MENTALE NELLO SPORT, A L'AQUILA CONVEGNO CON CAMPIONE PARALIMPICO ADDESI

1 Novembre 2022



L'AQUILA – L'importanza dell'allenamento mentale nello sport individuale e di squadra è il tema al centro di un convegno in programma sabato prossimo, 5 novembre, al Palazzetto dei Nobili dell'Aquila nell'ambito del ricco calendario di eventi di Città europea dello Sport 2022.

Il programma prevede alle ore 9,30 l'apertura dei lavori coi saluti istituzionali del sindaco, Pierluigi Biondi, dell'assessore comunale allo Sport Vito Colonna, di un rappresentante regionale del Coni, del rappresentante regionale del Comitato Italiano Paralimpico, del rappresentante del Comitato regionale della Federazione Ciclistica Italiana, dell'assessore regionale allo Sport Guido Liris, moderati da Angela Ciano.

Alle 10 Domenico Maccallini, mental coach, illustrerà, spiegherà e farà toccare con mano l'importanza della mente nelle attività sportive di ogni genere. Nella vita come nello sport, l'atteggiamento mentale è tutto. In tutti gli sport l'aspetto mentale incide oltre il 70% sulla prestazione sportiva.

Alle 11 testimonianza dell'atleta paralimpico Pierpaolo Addesi, unico atleta abruzzese alle recenti olimpiadi di Tokio 2020, di Luca Mazzone campione paralimpico plurimedagliato e dell'atleta Francesco De Michelis (record del mondo in velocità sui 1.335 Km della Ring Road di corsa in semiautosufficienza).

Alle 11,30 Maccallini approfondirà le tematiche della prima parte e farà fare esercitazioni pratiche di approfondimento. Alle 12,30 interazione con il pubblico presente attraverso domande e risposte.

Per aderire è necessario compilare il form all'indirizzo https://forms.gle/ba7EntdN2MrueRkQ9.

© 2026 Abruzzo Web Enfasi srl - Quotidiano digitale registrato presso il Tribunale dell'Aquila con decreto n° 501 del 2 settembre 2003
Iscrizione al ROC n. 26562 - P.IVA 01812420667
Direttore responsabile Berardo Santilli