AbruzzoWeb
Tutte le notizie d'Abruzzo a portata di click

TEDX L'AQUILA, NICOLETTA ROMANAZZI DA' LEZIONE DI AUTOSTIMA: " DA LIMITI SPINTA DI INTRAPRENDENZA"

15 Maggio 2022



L'AQUILA – "Spesso sono i nostri limiti, i nostri problemi e i nostri dolori a darci la spinta di intraprendere un percorso volto a imparare a scoprire quali sono le nostre risorse e il nostro potenziale da sfruttare nel modo migliore, anche solo per imparare a conoscerci meglio".

Nicoletta Romanazzi ha portato all'Aquila il suo saggio-manuale Entra in gioco con la testa, dando appuntamento a sabato prossimo, 21 maggio, per il via ufficiale alla seconda edizione di TEDx L'Aquila, il format di speaking più famoso al mondo. Una kermesse dedicata, quest'anno, al tema dei limiti.

Di qui la scelta di affidare alla mental coach Romanazzi l'evento di avvicinamento. Lei che ha affiancato atleti come Marcell Jacobs, Luigi Busà e Viviana Bottero (tutti medaglie olimpiche a Tokyo).

"Tutto quello che ho fatto nella mia vita lo porto nel mio coaching, così come il lavoro che ho fatto su di me", ha spiegato alla folta platea nel cortile della libreria Colacchi, in un confronto, moderato dal giornalista Marco Signori, nell'ambito del ricco calendario di eventi di L'Aquila Città europea dello Sport 2022.

Nel libro, Romanazzi descrive il suo lavoro come sartoriale, perché parte della sua professione è anche quella di adattare i principi del mental coaching alle esigenze delle singole persone che decidono di affidarsi a lei. Se per alcuni, infatti, si rivelano decisive le tecniche di respirazione, per altri è importante scoprire quali sono i blocchi mentali che si manifestano attraverso gli infortuni, oppure trovare un modo per riequilibrare le esigenze che scaturiscono da diverse parti di sé, o ancora trovare la giusta concentrazione tramite la pratica meditativa.

In fase di definizione, intanto, la lista degli speaker di sabato 21 (l'appuntamento è dalle 15 all'Auditorium del Parco): Aline Borghese (giornalista e critica enogastronomica), Antonio Ziantoni (giovane chef stellato), Arnaldo Santoro – Ainé (musicista), Danilo Spacca (Hair stylist), Elisa Rubio Frost – Urfidia (tanatoesteta e scrittrice), Todd Thomas Brown (artista e operatore culturale), Filippo Totani (divulgatore scientifico), oltre agli Youtuber Giovanna Parascandolo – Nanna's Garage e Emanuele Malloru (Youtuber).

Tutti gli aggiornamenti su: https://www.tedxlaquila.com/

Foto Federico Serpietri

© 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. 26362 - P.IVA 01812420667
Direttore responsabile Berardo Santilli