









Fondatori Mental Sport Academy

i presenta Alessio Canali ci parla e illustra le attività della Mental Sport Academy.

Alessio ci spieghi cos'è la Mental Sport Academy?

“La msa è una società che nasce con lo scopo di migliorare le prestazioni sportive dei propri assistiti.

L'idea nasce insieme ai miei soci Emiliano Peluso ed Angelo Rinaldi che vantano molta esperienza nell'ambito sportivo.

Emiliano Peluso ex calciatore professionista, si occupa da anni della preparazione e formazione di portieri di calcio.

Angelo Rinaldi è un allenatore qualificato e vanta numerose esperienze nel mondo del calcio con esperienze nei professionisti.

Mentre io sono un Mental Coach Professionista eseguo atleti di diverse discipline sportive, aiutandoli a migliorare le loro performance”.

Chi si rivolge a voi?

“Atleti ed allenatori di qualsiasi disciplina sportiva che vogliono migliorare le proprie prestazioni sportive”.

Come migliorano gli atleti insieme a voi?

“Grazie al nostro ampio staff di collaboratori, seguiamo l'atleta a 360°, dalla preparazione atletica a quella tecnica, dal recupero infortuni sia sul piano fisiologico che mentale, dall'alimentazione allo sviluppo delle capacità cognitive e comunicative aumentando consapevolezza ed autostima attraverso programmi personalizzati di “coaching” con tecniche di concentrazione, rilassamento e trasformazione dello stress agonistico in sana tensione”.

Come migliorano gli allenatori insieme a voi?

“L'allenatore impara con noi a migliorare la comunicazione esterna, vale a dire con i propri atleti e con il suo staff, ed interna cioè con se stesso, rendendola veloce ed efficace, attraverso corsi individuali e di gruppo. Inoltre sempre attraverso tecniche di “coaching” aiutiamo a gestire lo stress di intere stagioni agonistiche e a capire i reali obiettivi del proprio atleta o squadra. L'allenatore imparerà anche ad utilizzare le leve motivazionali”.

Ci parli di questo vostro primo corso?

“Il nostro primo corso “ COMUNICARE E MOTIVARE LA PROPRIA SQUADRA” si rivolge esclusivamente ad allenatori di calcio.

Il corso tratta argomenti di comunicazione efficace, comunicazione applicata al gioco del calcio, motivazione e gestione stress, Garantendo al partecipante l'acquisizione di nozioni fondamentali per gestire intere stagioni agonistiche”.

Quanto dura e dove si svolgerà il corso?

“Il corso è suddiviso in 4 moduli da 4 ore effettive ciascuno e si svolgerà all'interno della pineta dei liberti a tor san lorenzo. Ci saranno inoltre gli interventi di MR. Sandro Pochesci e MR. Roberto De Cosmi nonché un'intervista esclusiva a Vincent Candela che ci svelerà alcune strategie usate dai grandi allenatori avuti nella sua gloriosa carriera”.

Dove svolge le proprie attività la MSA?

“La msa svolge su richiesta dei propri assistiti, lezioni presso le loro sedi, se preferiscono essere



