



A TUTTI GLI ALLENATORI
Milano Monza Lecco e Province

Milano 20/01/2026
Prot. N. 121/CQT

MENTAL COACH MASTERCLASS

WORKSHOP PER ALLENATORI FIPAV DEL SETTORE GIOVANILE

Il Comitato Territoriale di Milano Monza Lecco organizza un corso di aggiornamento specifico per il settore giovanile rivolto agli Allievi Allenatori e Allenatori 1° Grado valevole per la stagione 2025/2026

Il percorso di *Mental Training per Allenatori* nasce con l'obiettivo di fornire strumenti e metodi applicabili sia a livello personale che nella gestione della squadra durante allenamento e gara.

Attraverso tecniche pratiche e mirate, gli allenatori avranno la possibilità di sviluppare e potenziare abilità mentali spesso trascurate ma decisive per la performance.

Il punto di partenza è sempre il lavoro su sé stessi: il proprio dialogo interno, la filosofia di coaching e lo stile comunicativo, che non devono essere lasciati al caso, ma resi consapevoli e coerenti con la propria identità professionale.

Si passerà quindi all'analisi del singolo atleta e della squadra, con l'obiettivo di fornire spunti concreti per affrontare le situazioni di stress, i momenti decisivi della gara e le dinamiche di gruppo.

Infine, si affronterà il tema dell'ambiente – dal contesto interno (squadra e staff) alle pressioni esterne (pubblico, media e avversari) – con un'attenzione particolare agli aspetti mentali che condizionano la prestazione. Questo approccio consentirà agli allenatori di ampliare i propri orizzonti, andando oltre le sole dimensioni tecniche e tattiche, per integrare competenze psicologiche e comunicative di fondamentale importanza.

SABATO 21/03/2026 dalle h 9.00 alle h. 13,00	Bocconi Sport Center MILANO Viale Toscana 30	Docente PAOLO AMENDOLA	Quota: -€ 80,00 per i tecnici in regola -€100,00 per i tecnici NON in regola
---	---	---	---

Eventuali modifiche saranno tempestivamente pubblicate sul sito www.milano.federvolley.it

IL CORSO È VALIDO PER 2 MODULI DI AGGIORNAMENTO

ARGOMENTI

Il dialogo interno: teoria e applicazioni pratiche

La visualizzazione: teoria e spunti tecnico-pratici

MODALITA' DI PAGAMENTO:

- La quota di partecipazione è fissata in **€ 80,00** (per gli allenatori in regola) e **€ 100,00** (per gli allenatori non in regola) **per tutto il corso** composto da 2 moduli
- Il corso ha la validità di 2 (due) moduli
- Non sono ammesse assenze
- Causale da inserire nel versamento: **corso aggiornamento del 21/03/2026**
- Il versamento tramite bonifico bancario **deve essere intestato all'allenatore partecipante al corso**
- Il versamento **sarà ritenuto valido SOLO per il presente corso e non sarà restituito in caso di mancata partecipazione totale o parziale**

Di seguito si riportano le modalità di pagamento:

- Bonifico Bancario **IBAN - IT91K0303201601010000000910 - CREDEM Ag.2 Milano** intestato a:
Federazione Italiana Pallavolo

MODALITA' D'ISCRIZIONE:

L'iscrizione dovrà essere ON-LINE collegandosi al sito www.milano.federvolley.it - SOL - SOL Allenatori - inserire il codice allenatore (matricola) ed il proprio codice fiscale.

In sede d'iscrizione, è stata introdotta la funzione **"Upload documenti"** necessaria per allegare la scansione della ricevuta di pagamento in esclusivo formato PDF.

Le iscrizioni non potranno essere completate in assenza di questo documento

Cliccare su VERIFICA e se compare la scritta NESSUN PROBLEMA RISCONTRATO si conferma su: INVIA ISCRIZIONE

MODALITA' DI PARTECIPAZIONE:

Il Corso si svolgerà in presenza ed avrà valenza di aggiornamento come previsto dalla circolare tecnica.

Il coordinatore CQT
(Massimo Pepe)



Presidente FIPAV Milano Monza Lecco
(William Aimar)

