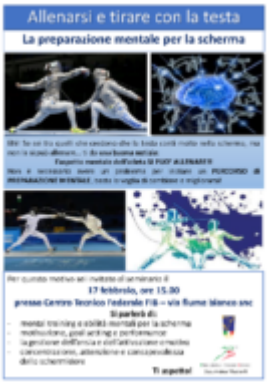
Allenarsi con la testa – La preparazione mentale per la scherma



In occasione della 4^ Prova Circuito Nazionale Master 2017-18 – ROMA (RM) (sabato 17 febbraio e domenica 18 febbraio 2018), il Comitato Regionale FIS del Lazio ha organizzato un seminario gratuito dal titolo “Allenarsi con la testa – La preparazione mentale per la scherma”. Tale seminario, tenuto da uno Psicologo dello Sport, è destinato ai Maestri, Istruttori e Tesserati che siano interessati valutare se e come come, al pari delle Tecnica e della Preparazione Atletica, anche l’aspetto mentale dei nostri atleti possa essere allenato e, quindi, migliorato. Il seminario avrà luogo presso il luogo di gara del Centro Tecnico Federale FIB, Via Fiume Bianco snc, il giorno 17 febbraio alle ore 15:00.



Allenarsi e tirare con la testa