



MAX PESENTI

IN COLLABORAZIONE CON

GOLFISTICAMENTE.IT

PRESENTANO

PRESSO GOLF CLUB ALPINO DI STRESA



NUOVO IMPULSO ALLA PERFORMANCE DEI GOLFISTI Livello Base

Venerdì 10 ottobre

Golf -Life Balance Academy è una Clinic che grazie all'integrazione di Mental Training, Life Coaching ed insegnamento tecnico PGAI permette ai giocatori di portare la loro performance ad un livello superiore bilanciando le proprie caratteristiche di gioco con la personalità individuale.

- Giochi meglio in allenamento che in Campo?
- Il tuo gioco è all'altezza delle tue aspettative?
- Pensi che potresti imparare di più dopo ogni lezione con il Pro?
- Quando vai in Campo Pratica ti annoi?

Queste domande saranno al centro delle attività e dei workshop della Clinic.

Ogni partecipante riceverà:

- via mail, prima dell'inizio della Clinic, il test di atteggiamento mentale nel golf e la restituzione del proprio profilo
- Materiale didattico e schede di lavoro sugli argomenti trattati
- Workbook specifico tradotto ed adattato al golf dalla serie "The Athlete's Mental Edge"

Numero di Partecipanti: massimo 20, precedenza in base alla data d'iscrizione

Costo: 250€ IVA esclusa a partecipante

Per informazioni e prenotazioni:

Max Pesenti cell: 3384663664 e-mail: max.pesenti@libero.it

Programma della Giornata:

8.30 - 9.0	Registrazione
9.0 - 11.0 Aula	Workshop: Come funziona il nostro cervello nello sport Respirazione e golf Imparare efficacemente strumenti e tecniche nuove Cosa voglio e posso chiedere al maestro Interverrà: Camilla Dettori, Giovanni Cozza
11.30 - 13,30 Campo Pratica	Identificazione stile di apprendimento preferito per le varie aree del gioco Applicazione alla routine Interverrà: Max Pesenti, Camilla Dettori, Giovanni Cozza
13,45-14.30	Pranzo incluso nella quota di partecipazione
14.30 - 16,30 Aula	Workshop: Atteggiamento efficace in Allenamento e in Campo Costruire fiducia nel proprio gioco Routine mentale pre gara Interverrà: Camilla Dettori, Giovanni Cozza
16.30 - 18,30 Campo Pratica Pitch, Putt	Come strutturare allenamenti efficaci Acquisire fiducia nel gioco dopo un allenamento Riscaldamento pre gara Interverrà: Max Pesenti, Camilla Dettori, Giovanni Cozza

Max Pesenti: professionista PGA, Head Pro Golf Club Alpino di Stresa

Camilla Dettori:

Master Psicosport, Mental Game Coaching Pro Certificata, Giocatrice Nazionale e Accompagnatrice-Capitana Nazionale Italiana Golf

Giovanni Sebastiano Cozza:

Mental Coach, Professional Counselor, Master Trainer

