

MalpensaNews

Margherita Montes inaugura il ciclo “l’arte di vincere” a Gallarate

Roberto Morandi · Friday, April 19th, 2024

Una serata a Gallarate con Margherita Montes, cintura nera 1° grado e istruttrice di Jiu-Jitsu brasiliano presso la palestra Urban Arena: è primo dei dieci incontri dal vivo della **rassegna “L’arte di vincere”**.

Un ciclo di appuntamenti – con media partner VareseNews – con l’obiettivo di fornire una panoramica delle sfide che l’atleta si trova ad affrontare quando ha **come obiettivo quello di costruirsi una mentalità vincente**.

E Margherita questa missione la ha ben chiara:

“Il mio sogno è quello di **competere nei più importanti eventi a livello mondiale nel 2024/2025** e portare la mia nazione, l’Italia, sul gradino più alto del podio!”

Appuntamento questa sera, **venerdì 19 aprile, alle 21 al laboratorio “Abitare le idee”** in via San Giovanni Bosco 10 a Gallarate.

Con Margherita Montes ci sarà Gabriele Colombo, mental coach e ideatore del ciclo d’incontri.

Margherita e Gabriele andranno ad esplorare se c’è un metodo che può facilitare la crescita di uno sportivo verso il successo e quali sono i codici che permettono di eccellere.

Si parla di successi, difficoltà, opportunità, determinazione e sogni che hanno guidato la prima ospite della rassegna nei suoi anni di performance al più alto livello mondiale.

Il confronto tra un mental coach e un’atleta di successo, potrà aprire lo sguardo a chi vuole ispirarsi alle storie raccontate che vogliono dare il giusto approfondimento, senza banalizzare, a temi come:

- La pressione per il successo
- La paura del fallimento
- L’importanza della fiducia in se stessi
- La gestione della pressione e dello stress
- Il ruolo di allenatori e genitori nel coltivare una mentalità vincente

This entry was posted on Friday, April 19th, 2024 at 12:57 am and is filed under [Tempo libero](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.

