



	<p align="center">ISTITUTO ISTRUZIONE SUPERIORE “ANTONIO MEUCCI” Sede “Antonio Meucci” Via Marina Vecchia, 230 54100 MASSA (MS) Tel. 0585 252708 - fax 0585 251012 Sede “Giuseppe Toniolo” Via XXVII Aprile, 8/10 54100 MASSA (MS) Tel. 0585 41284 – fax 0585 489126 Uffici Amministrativi – Via Marina Vecchia, 230 54100 MASSA (MS) C.F. 80002760454 – Codice Univoco UFFET5 www.meuccimassa.gov.it msis01800l@pec.istruzione.it – msis01800l@istruzione.it</p>	
--	---	--

Massa, 06 dicembre 2017

All’attenzione
 Dirigenti Scolastici degli Istituti della Provincia di Massa Carrara

Al Dirigente Territoriale UST
 Sede di Massa Carrara

Al Presidente della Provincia di Massa Carrara

Al Sindaco di Massa

All’Assessore all’Istruzione
 Comune di Massa

Al Delegato Prov.le
 c/o Coni point
 Massa

Al Sig. Dazzi Paolo c/o Club Panathlon
 Carrara Massa

OGGETTO: presentazione corso di formazione e aggiornamento “MENTAL COACHING” STRATEGIE E TECNICHE PER DIVENTARE CAMPIONI NELLO SPORT E NELLA VITA.

L’Istituto di istruzione Superiore “Antonio Meucci” di Massa(MS), in collaborazione con l’Ufficio IX della Direzione Regionale per la Toscana, Ufficio Educazione Fisica e con il Panathlon Carrara-Massa, organizza il corso di formazione “MENTAL COACHING”: STRATEGIE E TECNICHE PER MIGLIORARE NELLO SPORT E NELLA VITA, rivolto a Dirigenti e Docenti di ogni ordine e grado.

Il Mental Coaching è un metodo di “allenamento mentale” indirizzato al miglioramento e all’ottimizzazione delle prestazioni psichiche e fisiche. Apre la mente, fa vedere le cose

da una prospettiva diversa, aiuta a definire meglio i propri obiettivi e soprattutto a trovare gli strumenti e le risorse per raggiungerli. Il corso ha la finalità di trasmettere ai partecipanti tecniche, strumenti e metodi per lo sviluppo delle potenzialità individuali, al fine di sperimentare benessere emotivo, superare le difficoltà che si incontrano nel percorso di vita, risolvere i conflitti interiori ed aiutare la persona ad essere più efficace, soddisfatta ed appagata.

Considerato l'interesse che può rappresentare tale percorso, che coinvolge specialisti di diversi settori, La invito con la presente all'incontro di apertura del corso, che si terrà **lunedì 11 dicembre alle ore 15** presso l'Aula Magna di questo Istituto.

Cordiali saluti

Il Dirigente Scolastico
Prof.ssa Sonia Casaburo

