

Calendario Open Academy ALLENATORI

Stagione Sportiva 2025/2026
LUNEDÌ dalle 13.00 alle 13.45



2025

OTT
13

DALLA CRISI ALLA RIPARTENZA

Il ruolo dell'allenatore nei
momenti critici

NOV
3

ALLENARE LA MENTALITÀ VINCENTE

Strumenti per trasformare
il talento in risultati

DIC
1

SVILUPPARE INTELLIGENZA IN CAMPO

Dal pensiero all'azione, il
metodo EKKONO

2026

GEN
12

OLTRE LA PRESSIONE

Creare le condizioni per il
gioco libero

FEB
2

LA MENTE IN PANCHINA

Come guidare gli atleti a
scegliere e a capire, non
solo ad applicare

MAR
2

NON MI DIVERTO PIÙ

Quando i giovani atleti
perdono entusiasmo. Come
riconoscere i segnali e
sostenere la passione
sportiva in squadra

APR
13

DENTRO IL MOMENTO

Costruire atleti capaci di
decidere la partita.
Allenare la mente oltre la
tecnica

MAG
4

IL VALORE DELL'ALLENAMENTO

Come rendere ogni seduta
un'occasione di
entusiasmo e
apprendimento

GIU
1

LA SFIDA DEL RITORNO

Accompagnare l'atleta
nella rinascita sportiva.
Strumenti per sostenere
motivazione, resilienza e
fiducia post-infortunio

- INCONTRI TRAMITE LA PIATTAFORMA ZOOM PREVIA ISCRIZIONE
- LA PRIMA PARTE DELL'INCONTRO SARÀ REGISTRATA E DISPONIBILE SULLA PIATTAFORMA SMA ACADEMY
- LA SECONDA PARTE PREVEDE UNA DISCUSSIONE SUL TEMA FACILITATA DALL'O PSICOLOGO DELLO SPORT
- [HTTPS://SMATEAM.IT/ACADEMY](https://smateam.it/academy)

Calendario Open Academy ATLETI

Stagione Sportiva 2025/2026
MARTEDÌ dalle 19.45 alle 20.15



2025

OTT
14

OLTRE LA PRESSIONE

Creare le condizioni per il gioco libero

OTT
28

TROPPO CARICO O TROPPO SCARICO?

Riconoscere e regolare la propria attivazione

NOV
4

NORMALE NON ESISTE

Accogliere le proprie emozioni nello sport senza confronti inutili

NOV
18

LA SFIDA INVISIBILE

Adattarsi a ciò che non si può prevedere

DIC
2

PARLARSÌ BENE PER GIOCARE MEGLIO

Come trasformare le parole in performance

DIC
16

LA VITTORIA INTERIORE

Come la self-compassion aiuta gli atleti a gestire pressione e fallimenti

FEB
17

ALLENARE IL RESET MENTALE

Tecniche rapide per affrontare eventi consecutivi

MAR
3

IL MOMENTO CHE CONTA

Giocare al meglio sotto pressione. Strategie mentali per trasformare la tensione in performance

MAR
17

MINDSET

Gestire le crisi e trasformare i momenti difficili in opportunità di crescita

APR
7

QUANDO IL SUCCESSO DIVIDE

Imparare a vivere riconoscimenti e rapporti di squadra

APR
21

"NON MI DIVERTO PIÙ"

Come ritrovare il piacere nello sport. Capire ansia, motivazione e divertimento per vivere al meglio allenamenti e gare

MAG
5

RESTARE SU CIÒ CHE CONTA

Allenare la presenza nei momenti decisivi

MAG
19

LA FORZA INVISIBILE DEI GESTI

Come il linguaggio del corpo influenza la performance

GIU
9

BOUNCE BACK

Come gestire una sconfitta

GIU
16

LA SFIDA DEL RITORNO

Allenare la mente dopo l'infortunio. Come trasformare ansia e paura in motivazione e fiducia

2026

GEN
13

LA RABBIA CHE AIUTA

Dal caso Sinner agli strumenti per gli atleti

GEN
27

SVILUPPARE INTELLIGENZA IN CAMPO

Dal pensiero all'azione, il metodo EKKONO

FEB
3

VINCERE PRIMA DI GIOCARE

Il potere delle visualizzazioni nello sport

- INCONTRI TRAMITE LA PIATTAFORMA ZOOM PREVIA ISCRIZIONE
- LA PRIMA PARTE DELL'INCONTRO SARÀ REGISTRATA E DISPONIBILE SULLA PIATTAFORMA SMA ACADEMY
- LA SECONDA PARTE PREVEDE UNA DISCUSSIONE SUL TEMA FACILITATA DALLO PSICOLOGO DELLO SPORT
- [HTTPS://SMATEAM.IT/ACADEMY](https://smateam.it/academy)

Calendario Open Academy GENITORI

Stagione Sportiva 2025/2026
MERCOLEDÌ dalle 20:45 alle 21:30



2025

OTT

22

FAVORIRE L'AUTONOMIA NELLO SPORT E NELLA VITA

Crescere con fiducia
dentro e fuori dal campo

NOV

5

IL MOMENTO CHE CONTA

Sostenere i figli quando la
gara si decide.
Comprendere e gestire
l'impatto emotivo delle
situazioni di pressione

DIC

3

EDUCARE AL PERCORSO

Il ruolo dei genitori
nell'aiutare i figli a darsi
mete e celebrarle

2026

GEN

14

SUPPORTARE SENZA ALLENARE

Il ruolo dei genitori in
competizione

FEB

4

"NON MI DIVERTO PIÙ"

Il campanello d'allarme dei
figli nello sport. Come
affrontare pressioni, sacrifici e
delusioni senza spegnere la
motivazione

MAR

4

SE TI PREPARI, PUOI

Il messaggio autentico
da trasmettere ai figli
nello sport

APR

1

GENITORI IN CAMPO

Sostenere i figli nello
sport come esperienza di
crescita

MAG

5

OLTRE L'INFORTUNIO

Sostenere i figli nella
ripartenza. Dal timore di
ricadute alla motivazione a
rimettersi in gioco

GIU

3

LA VITTORIA INTERIORE

Come la self-compassion
aiuti gli atleti a gestire
pressione e fallimenti

- INCONTRI TRAMITE LA PIATTAFORMA ZOOM PREVIA ISCRIZIONE
- LA PRIMA PARTE DELL'INCONTRO SARÀ REGISTRATA E DISPONIBILE SULLA PIATTAFORMA SMA ACADEMY
- LA SECONDA PARTE PREVEDE UNA DISCUSSIONE SUL TEMA FACILITATA DALLO PSICOLOGO DELLO SPORT
- [HTTPS://SMATEAM.IT/ACADEMY](https://smateam.it/academy)