

SPORT LIFE. Allenare mente e corpo per il futuro.

Lo sport insegna a conoscersi, a cadere e a rialzarsi. **Sport Life** è un percorso esperienziale pensato per gli studenti delle scuole superiori, nato per mostrare come la mentalità sportiva possa diventare un alleato nella costruzione del proprio futuro personale e professionale.

Un incontro di formazione dinamica per scoprire che dietro ogni risultato c'è allenamento, consapevolezza e la capacità di gestire la pressione.

Obiettivi del progetto

- Comprendere il legame tra sport, crescita personale e obiettivi di vita.
- Allenare resilienza, concentrazione e gestione delle emozioni.
- Riconoscere il valore dell'impegno costante nel raggiungimento dei risultati.
- Trasformare la passione sportiva in uno strumento di orientamento e scelta professionale.

Valore per la scuola

- Promuove un approccio educativo basato su mentalità sportiva e sviluppo del talento.
- Integra educazione motoria, orientamento e competenze trasversali.
- Rafforza il ruolo della scuola come spazio di crescita consapevole e inclusiva.

Valore per gli studenti

- Maggiore consapevolezza di sé e delle proprie potenzialità.
- Strumenti concreti per affrontare sfide, esami e momenti di pressione.
- Visione più chiara dei propri obiettivi e del percorso per raggiungerli.
- Comprensione di come la disciplina sportiva possa diventare una leva per la realizzazione personale e professionale.

Ogni progetto **VivamenteLab** unisce **coaching, formazione esperienziale e mentalità sportiva**, con l'obiettivo di sviluppare nei ragazzi consapevolezza, fiducia e responsabilità, dentro e fuori dal campo.

Federico Votta