



Dopo il 90°

Vincere la sfida del post carriera sportiva

*Coaching per l'orientamento e sviluppo personale
rivolto a sportivi a fine carriera*




Dopo il 90°

Quando la carriera sportiva giunge al termine, rimane solo una partita da finire di vincere e a cui nessuno darà premi: la nostra vita.

Dopo il 90° è un progetto di coaching per l'orientamento e lo sviluppo personale rivolto a sportivi a fine carriera.

Questa sfida va affrontata con immutato impegno e voglia di vincere: cambia il traguardo, il ritmo e forse anche la "squadra", ma non la certezza che come sempre i giochi li facciamo noi con la nostra determinazione nell'affrontare il futuro.



Dopo il 90° offre un aiuto ad ampliare il proprio punto di vista e le proprie prospettive nel momento in cui un atleta affronta la fine della carriera.

L'obiettivo

La fine della carriera sportiva coincide con l'opportunità di aprire una nuova fase della propria vita.

Impegno, determinazione, obiettivi e preparazione sono gli elementi che rendono grande qualsiasi atleta e che lo caratterizzano anche dopo, quando viene richiesto loro di indirizzare i propri sforzi su obiettivi diversi.

Il traguardo diventa quindi il principale punto da chiarire: **dove si vuole andare?** Quali sono le giuste strategie per "costruirsi una nuova vita" al di là della competizione sportiva?

Dopo il 90° si pone come obiettivo il supporto agli sportivi per definire **con grande praticità e concretezza:**

- la "visione" della propria vita "fuori dal campo";
- i nuovi traguardi;
- le strategie per la realizzazione di una nuova vita professionale;
- quali sono le competenze sviluppate negli anni di agonismo e come valorizzarle.



*Quanta strada percorsa,
quanti ostacoli superati...*



Ora, per il prossimo traguardo, una nuova strategia.

Il metodo

Attraverso una serie di colloqui individuali si supporta lo sportivo in un processo che lo aiuta a:

- chiudere con serenità la carriera elaborando l'esperienza vissuta;
- potenziarsi per costruire il futuro;
- gestire l'aspetto fisiologico dello stop all'attività agonistica.

Il coaching e le tecniche che ne sono alla base aiutano la persona a:

- analizzare la propria situazione;
- definire i propri obiettivi e a tracciare il proprio percorso per raggiungerli;
- aiutare ad ampliare la propria visione delle cose;
- far chiarezza rispetto alle situazioni che si vive con complessità, considerando tutte le sfaccettature.

Sede dei colloqui saranno Bologna e Cesena ed altre città italiane da definirsi.



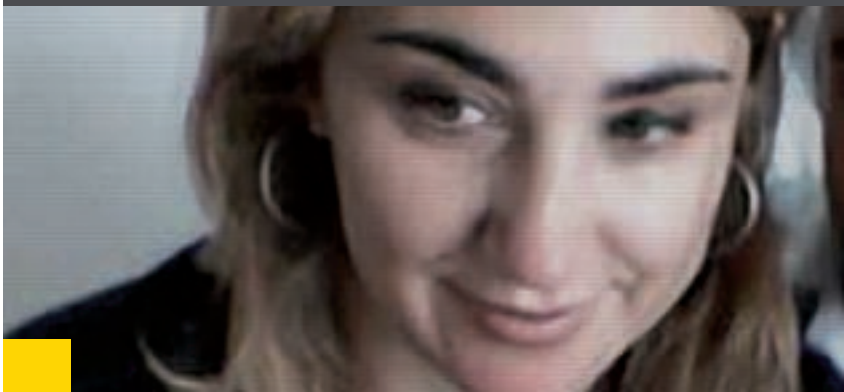
Stesso impegno, stessa determinazione.

Nicoletta Tozzi



*Un aiuto concreto
per riscoprirsi
"fuori dal campo".*

- Professional Coach.
- 43 anni, ex Atleta Azzurra nell'atletica leggera, ha vinto 9 titoli italiani sugli 800 metri e guidato come capitana la Snam Milano alla conquista di 3 scudetti.
- Laureata in Scienze Politiche con una tesi in Psicologia dell'organizzazione ha lavorato nel proprio percorso professionale come Formatrice, Manager di prodotto e Responsabile Marketing.
- Ha iniziato a guardare "oltre l'azienda" nel 2003 diplomandosi all'I.F.R.A. di Bologna in psicomotricità.
- Si è formata come Coach frequentando il master di Coaching & Coaching a Milano.
- È stata la scelta di allineare il lavoro con i propri valori e le proprie passioni a portarla al coaching; per questo ha scelto di occuparsi di tematiche legate al benessere della persona ed in particolare a quello di atleti ed ex atleti.
- Oggi offre agli sportivi una competenza che abbina la sua preparazione tecnica e professionale all'esperienza personale: una vita nella quale ha vissuto e affrontato le stesse fasi attraverso cui si prepara ad accompagnare i suoi partner di coaching.





Nicoletta Tozzi
Professional Coach

Tozzi Consulting & Coaching
Via Panaro 155
47023 Cesena
cell +39 329 5481234
coach@nicolettatozzi.it
www.nicolettatozzi.it