

MalpensaNews

“Umiltà o ambizione?": Gabriele Colombo presenta il suo libro alla club house di Rugby Varese

Roberto Morandi · Tuesday, May 23rd, 2023

“Umiltà o ambizione?": due opposti che possono ispirare, nello sport come nella vita.

Ne è convinto **Gabriele Colombo**, mental coach, ex allenatore, educatore professionale, che al binomio umiltà-ambizione ha dedicato il titolo del suo nuovo libro. Che viene presentato **mercoledì 24 maggio alla club house di Rugby Varese**, in un incontro con **Sebastiano Dusi**, rugbista internazionale e mental coach sportivo, e di **Massimo Mamo**, allenatore Rugby Varese, con il giornalista Sky **Francesco Pierantozzi** come moderatore.

“Il libro è un percorso per trovare questo equilibrio. Partendo dal perdere prima di tutto l'equilibrio. Un viaggio fatto di storie di persone e di esperienze che nascono da incontri, un percorso per migliorare partendo da una dicotomia che tutti, presumo, abbiamo dentro di noi. In questo modo umiltà e ambizione coesistono e, anzi, si alimentano a vicenda. Il tema del libro è proprio esplorare i possibili spazi di convivenza di queste due parole, che stanno agli opposti. Due concetti che devono trovare equilibrio dentro di noi”.

Educatore professionale e mental coach

sportivo, Gabriele Colombo miscela il sapere pedagogico studiato sui banchi con il *saper essere* appreso per strada con gli adolescenti.

Si forma negli anni del lavoro come educatore su temi importanti come la gestione dei conflitti e dei gruppi, approfondendo le tecniche di Mental Coaching e di PNL frequentando il master in coaching di Ekis, durante il quale si è specializzato nello sport partecipando alla SPORT masterclass.

La passione per le storie lo spinge a ispirare chi incontra in maniera creativa con documentari, podcast e arrivando finalmente alla pubblicazione dei suoi primi due libri, *Essere Brillante* e *Allenatori Brillanti* editi da Ultra.

Come mental coach sportivo lavora all'interno di staff di squadre e altri sport individuali affiancando allenatori e atleti per facilitare il dialogo, gestire uno spogliatoio vincente, gestire i conflitti, migliorare la concentrazione e la prestazione della squadra o dei singoli atleti.

Nel 2022 è stato mental coach ufficiale delle società Canottieri Varese, Cardano Skating, Cus Milano Rugby, Brescia Rugby-

Ex allenatore di rugby lavora nello specifico con tecnici e atleti per aiutarli a raggiungere i loro obiettivi con i suoi specifici programmi di allenamento mentale. Conduce il podcast *Mostri – Usa la ragione per distruggerli*, disponibile su Spotify, e ha condotto la trasmissione Sport Coach sul canale Twitch di Bepi Tv.

Appuntamento 24 maggio, ore 21, alla Club House Rugby Varese, via Salvore 9.

This entry was posted on Tuesday, May 23rd, 2023 at 5:47 pm and is filed under [News](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.