



Cremona, 13 marzo 2026
Prot. n. 016/26 tz

A tutti i Tesserati

Servizio di Consulenza Psicologica Sportiva a favore di atleti e staff della Cremona Sportiva Atletica Arvedi asd.

L'offerta formativa della Cremona Sportiva Atl. Arvedi si arricchisce di un'ulteriore competenza al servizio di tutti i Tesserati che ritengano opportuno e necessario usufruirne.

Si propone una collaborazione finalizzata al benessere psico-fisico e al miglioramento delle performance agonistiche dei vostri atleti attraverso la collaborazione della Dott.ssa. Rosanna Grazzani, Psicologa, iscritta all'Ordine degli Psicologi della Lombardia con il N.10324, Psicologa dello Sport iscritta alla Federazione Italiana Psicologi dello Sport (FIPsiS) e Tesserata come Medico Fidal (tessera n. CR0632).

Tipologia di servizio:

- Colloqui individuali per la gestione dello stress agonistico;
- Valutazione e rafforzamento delle abilità mentali sportive dell'atleta quali, ad esempio: autostima, motivazione, livello di attenzione, capacità di definizione degli obiettivi, gestione delle emozioni, capacità di rilassamento, senso di autoefficacia;
- Apprendimento tecniche di visualizzazione della gara;
- Gestione dell'ansia pre-agonistica;
- Gestione delle paure nello sport;
- Cura delle relazioni sociali.
- Colloqui con allenatori o incontri di staff per la gestione dell'atleta, comunicazione efficace, focus pre-gara, definizione degli obiettivi ed altre necessità correlate.

Tariffa a seduta Euro 50 (durata 50-60 minuti)

applicazione di un tariffario agevolato, basato sulle tariffe orientative del CNOP (Consiglio Nazionale Ordine Psicologi).

Frequenza e modalità:

periodicità da concordare in base alle esigenze specifiche. Le prestazioni si svolgono presso lo studio professionale.

Durata della proposta:

collaborazione per l'anno 2026 con possibilità di rinnovo da concordare.

Resta inteso che ogni prestazione sarà soggetta a regolare fatturazione e che sarà cura del professionista far firmare il consenso informato e l'informativa sulla privacy a ciascun atleta maggiorenne o ai genitori per i minorenni.

Dott.ssa Rosanna Grazzani

Cell: 320 8816672 e-mail: rosanna.grazzani@virgilio.it