



Cada vez mais se fala sobre a capacidade de gerir emoções quando apontamos para as qualidades de atletas e treinadores de topo. As vitórias e o sucesso desportivo são, numa grande parte das vezes decididos em momentos de cansaço,

onde o que faz a diferença é a forma como cada um lida com as suas emoções.

A DreamAchieve irá realizar uma formação intitulada "Inteligência Emocional do Desporto", passando por temas como a gestão das emoções, a sua influência na performance desportiva e que técnicas se podem usar para dominar a gestão emocional.

A formação irá ser realizada por Nádja Tavares, Psicóloga do Desporto e Performance, com experiência com Seleções Nacionais e Centros de Treino. Também trabalha com Coaching Desportivo e Executivo e realiza formações a treinadores de várias modalidades.

{youtube}L3oaF7jD-Uk{/youtube}

Informações adicionais

- Data: 1 de Setembro de 2018
- Hora : 9:30 - 18:00
- Local: Centro de Treino do Jamor
- Créditos: 1,4

Valor

Inteligência Emocional

Escrito por Planeta Basket
Quinta, 23 Agosto 2018 00:00

- 1 Pessoa - 50 Euros
- 2 Pessoas - 85 Euros

Formulário de inscrição [aqui](#)
Mais informação: ntavares@dreamachieve.pt

[Realiza o Programa de Treino Mental Athlete's Mind](#)
[Lê o Blog da DreamAchieve](#)
[Ouve o nosso Podcast](#)