



Il Project Work di Triathlon della Felicità

Caro amico Genio Positivo ® in questo documento troverai la **Genesi** del nostro progetto e le **forze** messe in campo dai “*Triatleti della Felicità*”. A breve capirai il perchè del nome.

Troverai inoltre gli scenari in cui queste **forze** o meglio queste **risorse**, si sono unite in un proposito **co-evolutivo** molto sfidante: impattare su almeno 10000 persone. Tanto è vero che abbiamo chiamato il proposito:

“10K-People Happy”

La Genesi ed il Perché

Si parla tanto di **risonanza**, di **valori** comuni, di **forze** che si uniscono per lavorare **INSIEME** e produrre il cambiamento.

Lo **scenario** di partenza che ci ha animato e ci ha portato a mettere a fattor comune forze, esperienze e valori è stato quello del **mondo sportivo** con l'idea poi di farlo evolvere verso il mondo aziendale ed in generale nella società, grazie ad un processo naturale di “**Broadcasting**” delle persone coinvolte nelle varie attività.

Esiste un mondo, quello della competizione sportiva, dell'uso del corpo consapevole, per produrre performance sempre maggiori, che è spostato su un paradigma totalmente diverso da quello da noi immaginato: quello della competizione a tutti i costi, quello del VINCO IO, PERDI TU, quello del combattere piuttosto che cooperare.

Come si inserisce lo Sport nella vita di tutti i giorni, nelle dinamiche aziendali o in altri contesti ?

L'idea è che, l'evoluzione del lavoro, la tecnologia, l'industria 4.0 etc, ci porteranno sempre di più a dinamiche lavorative in cui il tempo libero sarà maggiore per tutti, poiché si ri-distribuirà il lavoro, le persone potranno sempre di più lavorare da casa e di conseguenza contenere gli spostamenti ed avere ancor più tempo libero.

Questo tempo libero, potrà (ce lo auguriamo) essere dedicato, al benessere, alla salute e all'apprendimento in un processo di “**Life Long Learning**”.

La nostra idea si inserisce proprio in questa dinamica di apprendimento per il corpo, la mente e la coscienza allineati per condurre l'essere umano ad allenare la felicità, allenando il **corpo** e la **mente** a vibrare coerentemente e a vibrare **ECO-logicamente INSIEME** agli altri.



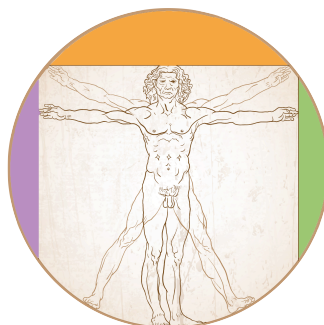
Da qui l'idea di una **“Sport Learning Community”** dove non si fa solo sport ma si allena il corpo e la mente a dinamiche ECO-sociali.

I TRIATLETI

Alfredo Spalletta, Lucia Mastropietri e Roberto Micarelli che hanno **“risonato”** dapprima tra loro e poi insieme a Massimiliano Pernici, Triatleta e sportivo di eccellenza divenuto poi istruttore di Yoga.

INSIEME hanno fatto **“fiorire”** un programma di allenamento **“mentale”** e **“fisico”** per sportivi, manager, e tutti coloro che desiderano comprendere come la cooperazione e la forza del NOI produce più risultati rispetto all'EGO dell'IO e del WIN-LOOSE.

Si può star bene e far star bene generando **“impatto positivo”** diventando un **“Happiness Broadcaster”** semplicemente, comprendendo ed imparando ad utilizzare strategie di #PNL, di #YOGA, di #MINDFULNESS di #SOFROLOGIA legati insieme da elementi di #NEUROSCIENZE, #SCIENZA DELLA FELICITÀ E #SCIENZE DELLE ORGANIZZAZIONI POSITIVE.



L'associazione sportiva sarà il **“Long Learning Lab”** ove chiunque potrà iscriversi durante l'anno ed accedere ad attività di “community” attività di apprendimento legate alla *Scienza della Felicità*, alla *Scienza delle Organizzazioni Positive* e a tutte le competenze che noi 4 abbiamo messo a fattor comune da subito nel processo di **“Downloading”**, ove ognuno di noi è stato trasmettitore e recettore di cultura e competenze.

TRIATHLON

- 1)#PNL (MENTE)
- 2)#YOGA (CORPO)
- 3)#MINDFULNESS (COSCIENZA)

L'evento residenziale del **3-4-5 Maggio** invece, sarà aperto a tutti coloro che vorranno comprendere come questo approccio possa essere di impatto nella propria vita personale e poi di impatto nel contesto sociale ove vive.



L'approccio del corso residenziale in formula all-inclusive di tre giorni è basato sul flusso WI-FI: ossia in una fase di passaggio informazioni chiamata:

“Upload new competencies” che accenderà la consapevolezza e al tempo stesso aiuterà le persone ad auto-destrutturare vecchie abitudini disfunzionali per poi installare nuove pratiche destinate a creare una visione ECO-sistemica utile, dal contesto sportivo, a quello aziendale e quello familiare.

L'associazione, l'evento del 3-4-5 Maggio, la costruzione di un Blog multidisciplinare, il sito web, la pagina Instagram, la pagina Facebook, gli eventi gratuiti on-site ed online tramite Webinar, sono solo alcuni degli strumenti inclusi in questa strategia concreta, che ha un percorso già strutturato con un Gantt di 12 mesi. Una serie di attività studiate insieme, con l'obiettivo di aumentare la nostra presenza ed amplificare sempre di più questi concetti fino ad arrivare a coinvolgere 10k People Happy.

I Geni Positivi

Lucia, Roberto, Alfredo