

## Giulia Momoli

Campionessa italiana, internazionale e Azzurra di Beach Volley, Mental Coach Specializzata in ambito sportivo.

Trasformata la carriera agonistica è promotrice del cambiamento nel mondo sportivo (con atleti, allenatori, professionisti sportivi e squadre), educativo (con adolescenti, genitori/figli) e aziendale (con percorsi di team building, leadership e comunicazione).

Passionale, energica e determinata, scrive una rubrica su CoachMag, il magazine degli esperti di coaching, una rubrica su volleyball.it ed è la creatrice del primo clinic che integra il Beach Volley e l'allenamento mentale.

Il suo sito è [www.giuliamomoli.com](http://www.giuliamomoli.com)

La sua pagina facebook è <https://www.facebook.com/GiuliaMomoliCoach>



## STUDI ED ESPERIENZE LAVORATIVE

- Laureata in Scienze dell' Educazione nell' università di Padova (2005)
- Frequenta il Master in coaching con Ekis, che la certifica mental coach in sport, business, life (2012)
- Ottiene la certificazione internazionale di Pnl Master Practitioner (2013)
- Ottiene la certificazione Intensive Sport Coaching Training, che la specializza in coaching sportivo (2014)
- Frequenta il Master di 1° livello di comunicazione e problem solving strategico (2019) e il Master di 2° livello di scienze della performance e coaching strategico del prof. Giorgio Nardone (2019-2020)
- Frequenta il corso di formazione del prof. Giuseppe Vercelli per apprendere il modello S.F.E.R.A. per l' analisi e l'ottimizzazione della performance in ambito Business, Life e Sport (2020-2021), ed è iscritta al registro come S.F.E.R.A Coach
- Frequenta il Master in Training di Ekis (2019)
- Continua a formarsi frequentando i corsi della Scuola dello Sport del CONI:
  - Workshop per le Attività di Alto Livello: Flow e concentrazione nello sport (2020)
  - Corso di Management Sportivo: Mindfulness - fermarsi, sentirsi, ritrovarsi (2020)
  - Seminari Tecnici per le Attività di Alto Livello: l' intelligenza emotiva nello sport (2020)
- Con Ekis è trainer del corso per Atleti chiamato Istruzioni per Vincere per Atleti (2018) e del corso per Allenatori chiamato Istruzioni per Vincere Allenatori (2018)
- È docente del seminario su territorio nazionale di “Educare al movimento” per insegnanti, voluto da De Agostini e CONI (2017, 2018 e 2019)
- Tiene corsi di aggiornamento FIPAV - FISR - FISI per allenatori
- Partecipa periodicamente a corsi di training per privati nel ruolo di coach expert
- Partecipa come co-docente ai corsi della scuola dello sport del C.O.N.I di Roma

- Tiene docenze di sport coaching al SIDA “executive master sport management e mediazione sportiva”
- Scrive una rubrica di sport coaching per Coach Mag, il magazine del coaching, la rivista italiana specializzata in coaching, <https://www.coachmag.it/>
- Scrive una rubrica sul coaching sportivo per la più importante testata di pallavolo on line italiana, [volleyball.it](http://volleyball.it)
- Tiene seminari nelle scuole, speech agli eventi, webinar online
- Ha progettato il primo Clinic di Beach Volley volto al perfezionamento tecnico e fisico coadiuvato alle più innovative tecniche di allenamento mentale
- Segue in diverse discipline atleti, allenatori, staff e squadre sportive (pallavolo, beach volley, tennis, calcio, pattinaggio, atletica, scherma, equitazione, karate, vela, tiro con l’arco, rugby, triathlon, enduro, ultra-trail, nuoto sincronizzato, tiro a segno, maratona, curling, sci...)
- È mental coach della Federazione Italiana Sport del Ghiaccio (FISG) – Curling - con la quale qualifica la squadra maschile alle olimpiadi invernali di Pyeongchang 2018, qualifica entrambe le squadre maschile e femminile al mondiale 2018 e vince un bronzo europeo con la nazionale femminile
- È mental coach tra gli altri di:
  - Rossella Pibiri, tecnico federale di nuoto sincronizzato nella specialità Double Mix con la quale vince i campionati italiani invernali ed estivi 2020 e che partecipa alle Olimpiadi di Tokyo 2020 come allenatrice della squadra femminile di sincro
  - Lucrezia Ruggiero, atleta federale di sincro più volte campionessa d’Italia
  - di Alessia Gennari, oro europeo con la nazionale di pallavolo femminile
  - di Iacopo Botto, capitano di Cuneo Volley di A2
  - di Mattia Orioli, campione europeo under 17 di volley
- È mental coach della Nazionale maschile Pallavolo Sordi con la quale vince uno storico bronzo mondiale a Chianciano nel settembre 2021

- È mental coach di atlete, di allenatori e preparatori atletici di A1 di pallavolo e di giocatrici di serie B
- Ha creato l'Ebook "Allenatore Alunno" con Davide Mazzanti, CT della nazionale di pallavolo femminile
- Ha lavorato con la Pomì Casalmaggiore, società campionessa d'Europa di pallavolo di A1, nel campionato di Sand Volley 2016 della Lega Italiana Serie A Femminile vincendo la Coppa Italia e l'All Star Game
- I suoi coachee conquistano, in diverse discipline: partecipazioni alle olimpiadi di Rio 2016 e Tokio 2020, la partecipazione alle olimpiadi invernali di Pyeonghanch 2018, ai mondiali, vari titoli internazionali, nazionali e regionali (pattinaggio, pallavolo, nuoto sincronizzato, tennis, calcio, beach volley, ultra-trail, scherma, equitazione, salto con l'asta, velocità)
- Si occupa di team building per squadre sportive e per gruppi in azienda
- Si occupa di coaching in ambito salute, nello specifico collabora con Naturalmente Erboristeria ([www.naturalei.it](http://www.naturalei.it)) in un progetto volto ad aumentare il benessere emozionale e mentale delle persone che desiderano migliorare la loro forma fisica
- E' testimonial di A.M.O.R.E , Momo\_linea e Acqua di Momi integratori naturali di Naturalmente Erboristeria
- Nell'estate 2021 è stata commentatrice per Eurosport e Discovery plus alle Olimpiadi di Tokyo 2020 nella disciplina del beach volley
- È mamma di Petra Luna e Geremia, e compagna innamorata di Gianluca.

## SPORT

Nella sua carriera sportiva iniziata giovanissima, ha giocato a pallavolo in serie A con Padova e Conegliano, ha disputato per anni il campionato di Sand Volley della lega Pallavolo Serie A femminile e vestito la maglia azzurra nel beach volley dove ha rappresentato l'Italia ai campionati del mondo, europei e italiani dal 2005 al 2015.

Nel beach volley ha vinto oltre 50 medaglie nazionali e internazionali, è stata 11° nel ranking mondiale e ha ottenuto 3 titoli di Campionessa d'Italia.

Consegue il cartellino di allenatrice di Beach Volley.

Premiata con la medaglia di bronzo al valore atletico dal CONI (2016).

