



COMUNICATO STAMPA

The Sliding Blog partecipa alla Fiera dello Sport Digitale 2026

Milano, 8 aprile 2026 – **The Sliding Blog** annuncia con entusiasmo la propria partecipazione alla **Fiera dello Sport Digitale 2026**, un evento di riferimento per l'innovazione, la tecnologia e la cultura sportiva digitale.

La decisione di aderire a questo progetto nasce da una visione condivisa: credere **nello sport** come linguaggio universale capace di evolversi grazie alle nuove tecnologie, ai contenuti digitali e alle community online. La Fiera rappresenta per **The Sliding Blog** un contesto ideale in cui raccontare, approfondire e valorizzare il cambiamento in atto nel mondo sportivo, sempre più interconnesso e orientato al digitale.

Dalle origini del coaching al “gioco interiore”: una visione integrata della performance

Il termine “coach” nasce negli Stati Uniti nel XIX secolo e, inizialmente, non aveva alcun legame diretto con lo sport. Deriva infatti dall'idea di “**trasportare**” una persona da **un punto A** ad **un punto B**, proprio come una carrozza (coach, appunto). In ambito accademico, il coach era colui che aiutava gli studenti a superare gli esami, guidandoli nel percorso di apprendimento.

Solo successivamente il concetto si è evoluto nel mondo sportivo, dove il coach è diventato una figura centrale non solo per l'allenamento tecnico, ma anche per la preparazione mentale e strategica degli atleti.

Una svolta fondamentale in questa evoluzione arriva negli anni '70 con Timothy Gallwey e il suo celebre libro “**The Inner Game of Tennis**” (lo trovi anche nella nostra: “**The Sliding Library**”). Gallwey introduce un'idea rivoluzionaria per l'epoca: il vero avversario di un atleta **non è l'altro** giocatore, ma il **proprio** “gioco interiore”.

Secondo Gallwey, ogni individuo è diviso tra due sé:

- il “**Sé 1**”, razionale, critico e giudicante;
- il “**Sé 2**”, intuitivo, naturale e performante.

La performance sportiva (e non solo) dipende dalla capacità di ridurre il dialogo interno negativo e permettere al Sé 2 di esprimersi liberamente. Questo approccio segna il passaggio da un coaching puramente tecnico a un coaching più consapevole, centrato sulla mente, sulla percezione e sull'autoefficacia.

Questa evoluzione culturale trova oggi una nuova dimensione **nello sport digitale**. Così come Gallwey ha spostato l'attenzione dall'esterno all'interno, il digitale sta ampliando il campo da gioco: dati, performance analytics, contenuti e community diventano parte integrante dell'esperienza sportiva.

The Sliding Blog, con le sue due sezioni “The Sliding Path - Sport Performance” e “The Sliding Wellness”, intende promuovere una direzione chiara: il coaching **non** deve sostituire la psicologia sportiva, né la preparazione atletica o tecnica, né la figura del nutrizionista sportivo.

Non è una disciplina alternativa, ma una componente complementare.

Il coaching entra a far parte di un ecosistema più ampio, dove

- la preparazione fisica sviluppa il corpo,
- la tecnica costruisce la competenza,
- la psicologia sportiva sostiene l'equilibrio mentale,
- il nutrizionista sportivo e l'educazione alimentare contribuiscono al benessere, all'energia e alla qualità dello stile di vita,
- e il coaching favorisce **consapevolezza, responsabilità, adattabilità e capacità decisionale**.

È nell'integrazione di questi elementi che si costruisce la **vera performance**: quella dell'atleta, ma prima ancora quella della persona.

In questo senso, il percorso che parte dal concetto originario di coach e passa per il “gioco interiore” rappresenta una linea continua che arriva fino alle moderne piattaforme digitali: un'evoluzione che unisce mente, tecnologia e narrazione.

Un impegno concreto e sostenibile

La partecipazione di The Sliding Blog non si limita alla presenza durante l'evento, ma si configura come un impegno strutturato e continuativo: **dal 1 maggio 2026 al 30 aprile 2027**, il progetto sarà parte attiva nello sviluppo e nella promozione delle iniziative legate alla **Fiera dello Sport Digitale**.

Abbiamo scelto un approccio concreto: promettere meno, per costruire meglio.

Durante questo periodo ci impegneremo a creare spazi reali di confronto e crescita attraverso:

- esercitazioni pratiche legate al coaching e alla performance;
- storie e contenuti che raccontino esperienze autentiche nel mondo dello sport e del digitale;
- organizzazione di webinar tematici;
- mini sessioni di confronto e approfondimento;
- incontri live online con professionisti e community;
- lo sviluppo di un evento in presenza (attualmente in fase di progettazione).

Perché crediamo in questo progetto

The Sliding Blog ha scelto di sostenere **la Fiera dello Sport Digitale** perché rappresenta un punto di incontro tra passione sportiva, innovazione e sviluppo umano. In un contesto in cui lo sport si espande oltre il campo, diventando esperienza digitale e culturale, è fondamentale contribuire con una visione chiara e responsabile.

Crediamo che il futuro dello sport passi da un approccio integrato, in cui tecnologia e dimensione umana convivono, e in cui il coaching trova il suo spazio come strumento di connessione tra performance e consapevolezza.

Uno sguardo al futuro

Questa collaborazione segna un passo importante nel percorso di **The Sliding Blog**, che continua a posizionarsi come osservatore e narratore del mondo del coaching applicato allo sport, al benessere, alla crescita personale e alla cultura della performance.

Attraverso questo impegno, **The Sliding Blog** intende contribuire alla diffusione di una visione più ampia e consapevole, in cui il coaching dialoga con le altre competenze che accompagnano l'atleta e la persona nel proprio percorso di sviluppo.

Partecipare alla **Fiera dello Sport Digitale** significa contribuire attivamente alla costruzione di un ecosistema in cui innovazione, cultura e sviluppo personale si incontrano, dando forma allo sport di domani.

Per maggiori informazioni:

info@sliding-doors.blog

The Sliding Blog

“L'istante che cambia tutto”

Ogni percorso di crescita inizia da una scelta.
A volte quella scelta è una Sliding Door.
Scopri percorsi, articoli ed esperienze del mondo degli Sliders
Scansiona il QR Code e vivi il tuo Sliding Moment



Scansiona con la fotocamera del tuo telefono
Grazie di **cuore** per la tua presenza.
#SlidingMoment

Daniela & Cristiano

Vuoi approfondire o iniziare il tuo percorso?
Puoi contattarci direttamente.

Daniela Lapenna
Benessere e alimentazione
351 4492703
benessere@sliding-doors.blog



Cristiano Merizzi
Sviluppo personale e coaching
351 4770369
sviluppopersonale@sliding-doors.blog

