

## Pokonaj ograniczenia umysłu. Spotkanie z Norikiem Koczarianem - trenerem mentalnym sportowców i byłym zapaśnikiem



Grafika promująca spotkanie z Norikiem Koczarianem  
Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna w Rzeszowie zaprasza na spotkanie

### ***Pokonaj ograniczenia umysłu***

**Norik Koczarian - trener mentalny sportowców i były zapaśnik**

**19 maja 2026 r, godz. 18.00**

**Biblioteka, ul. Sokoła 13**

**Wstęp wolny**

Prowadzenie: Adam Bienias

**Norik Koczarian** - trener mentalny i były zapaśnik, specjalizujący się w rozwijaniu odporności psychicznej, koncentracji oraz pewności siebie u sportowców i osób dążących do wysokiej wydajności. Dzięki własnemu doświadczeniu sportowemu doskonale rozumie wyzwania związane z presją, rywalizacją i przygotowaniem psychicznym na najwyższym poziomie.

Jest autorem książek oraz programów z zakresu treningu mentalnego, w których łączy praktyczne narzędzia psychologiczne z doświadczeniem wyniesionym ze sportu. Współpracuje zarówno ze sportowcami indywidualnymi, jak i drużynami - od poziomu ligowego, przez narodowy, aż po olimpijski, wspierając ich w osiąganiu maksymalnych wyników i przełamywaniu barier psychicznych.

Spotkanie dofinansowano ze środków Instytutu Książki pochodzących z dotacji celowej Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego.