



SCOTT COLE

MULTISPORT ENDURANCE ATHLETE, COACH AND SPEAKER

Alla kan leva sin dröm - det handlar om att våga anta utmaningen och testa sina gränser.

Amerikan boende i Östersund; uthållighetsidrottare, coach och föreläsare

- Född i Kalifornien 1977
- Cyklade från Mexiko till Kanada 1999
- Doktorgrad i miljöekonomi från Umeå universitet
- Entreprenör och ägare av EnviroEconomics Sweden
- Flera multisportsegrar i bl.a. Kina, Nya Zeeland, Norge och Sverige
- Coachar elitidrottare såväl som motionärer
- Föreläser för företag, idrottsklubbar, skolor och organisationer

MULTISPORTARE

Som multisportare (löpare, kanotist och cyklist) utmanar jag ständigt mig själv; på daglig basis genom min träning och under tävling som solotävlande eller som lagkamrat.

Jag kombinerar livet som entreprenör och min passion för natur och miljö med att resa jorden runt och leva min idrottsdröm: att tävla och vinna mot världens bästa uthållighetsidrottare samt att inspirera och coacha andra på vägen till att förverkliga sina egna drömmar.

För att nå mina mål arbetar jag med strikt fokus på träning, näringsintag, rörelseekonomi, lagdynamik, mental styrka och den senaste forskningen inom uthållighetsträning. Beslutsamhet och motivation är avgörande framgångsfaktorer för mig och mitt lag när vi tävlar under mentalt och fysiskt påfrestande förhållanden.

COACH

Som coach utmanar och hjälper jag mina adepter att nå sin fulla potential. Med mitt stöd lär de sig att träna smartare, mer effektivt och balanserat samt att arbeta med motivation och målfokus.

FÖRELÄSARE

Med entusiasm och passion föreläser jag om sökandet efter gränsen för min egen och andras styrka och uthållighet; en resa som nödvändigtvis kantas av både framgång och misslyckanden. Den mentala styrkan och beslutsamheten som krävs för att bli framgångsrik som uthållighetsidrottare är likaledes viktiga framgångsfaktorer i dagens arbetsliv, där teamwork och inre motivation har ett högt värde.

KONTAKT

Ta kontakt för skraddarsydda inspirationsföreläsningar och events – både inne och ute.

