



**Mario Furlan** è il primo docente universitario di **Motivazione e crescita personale** in Europa.

Life coach e formatore, è iscritto alla **American psychological association**, l'associazione degli psicologi Usa, ed è PhD in Psicologia.

Mario Furlan ha scritto vari libri, tra cui il best-seller motivazionale **Risveglia il campione in te!**, giunto nel 2013 alla decima edizione aggiornata e diventato un seminario di grande successo. Puoi ascoltarlo ogni mattina alle 7,40 su *Radio Kiss Kiss* con la rubrica **Il motivatore** e ogni settimana su *Radio 101*.

Puoi leggere i suoi consigli di crescita personale ogni martedì su *Metro*, ogni settimana su *Il Giorno* e su *TgCom24* e ogni mese su *For Men Magazine* e *Natural Style*. E puoi vedere i suoi video motivazionali ogni settimana su *Affaritaliani.it*

Mario Furlan ha fondato nel 1994 i **City Angels**, l'associazione di volontari di strada d'emergenza in basco blu e giubba rossa presenti in tutta Italia.

Giornalista professionista, è direttore responsabile del mensile leader di fitness e bodybuilding, *Olympian's*, e dei trimestrali *Fight!* (sport da combattimento e arti marziali) e *Kettlebell* (allenamento con i kettlebell).

Mario Furlan è noto anche come istruttore di autodifesa. Ha approfondito gli aspetti psicologici dell'autodifesa, ed è una delle massime autorità per quanto riguarda l'autodifesa psicofisica.

Ha creato il **Wilding**, l'autodifesa istintiva e realistica da strada. I suoi corsi di autodifesa sono rivolti soprattutto alle donne, le prime vittime della violenza.

È socio onorario del Rotary Club Milano San Carlo "per i suoi meriti sociali e culturali". Ha ricevuto numerosi premi, tra cui l'Ambrogino d'Oro, il Paul Harris Fellow, il più alto riconoscimento rotariano, e il Premio Carlo Porta per avere "onorato la città di Milano".

