



Formation

LA PREPARATION MENTALE			
Objectifs	Animation	Contenu	Quand – Où - Tarif
<p><u>Découverte</u> des apports de la préparation mentale pour le sportif</p>	<p>Apports Echanges</p> <p><u>Intervenant</u> : Emily LANAUD Préparateur mental</p>	<p><u>Conférence</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ L'importance du mental en compétition ✓ Qu'est-ce-que la préparation mentale? ✓ Intérêts et avantages à travailler en préparation mentale ✓ Préparation mentale et santé <p><u>Débat – Questions/réponses</u></p>	<p>1 Conférence de 2h + 30 minutes de débat</p> <p>le jeudi 2 avril 2020</p> <p>2 horaires au choix : 14h-16h30 Ou 19h-21h30</p> <p>Maison des Sports de Chambéry 90 rue H. Oreiller Près de la piscine couverte</p> <p>Participation : Gratuite</p>

[Retour au catalogue click](#)