



563660 - ENT. S. VILLERUPT-THIL

Sensibilisation à la préparation mentale

ACTION

Nom de l'action

Sensibilisation à la préparation mentale

Date de l'action

22/04/2024

Public cible

U10-U13

Nombre de participants

30

Thème de l'action

Santé

Descriptif de l'action

Lors de notre stage foot, nous avons fait intervenir un coach mental, afin de présenter aux joueurs l'intérêt de l'impact mentale sur la performance. A l'aide de petit ateliers permettant de travailler sur la confiance en soi et la visualisation permettant de remplir et atteindre des objectifs.

Photo(s)



PhotoStudio
Marco Micheli