



# 541196 - ST MAX-ESSEY F.C.

## Préparation mentale

## ACTION

---

**Nom de l'action**

Préparation mentale

**Date de l'action**

29/01/2024

**Public cible**

U14-U19

**Nombre de participants**

16

**Thème de l'action**

Santé

**Descriptif de l'action**

Séance de préparation mentale et découverte du milieu avec un préparateur mentale pour les u15.

**Photo(s)**



