

Sophrologie Caycédienne

Stage Sophro-Sport

SAMEDI 17 ET DIMANCHE 18 MARS 2018

Stage d'accompagnement à la préparation mentale du sportif



Animé par Ghislaine FAURE

Sophrologue Master Spécialiste
en Sophrologie Caycédienne
Préparateur Mental
Tél : 06.28.05.10.30

Ghislaine vous proposera des techniques de Sophrologie adaptées au sport et autres techniques certifiée par l'école de la performance de Monsieur Christian RAMOS préparateur mental de l'équipe de France de rugby « Mental Plus »

Public concerné :

Amateurs ou professionnels du sport, sophrologues, éducateurs, entraîneurs et tous sportifs voulant acquérir des techniques psycho-corporelles.

Programme : sur 2 jours consécutifs (de 9h à 17h)

Gérer la pression et activer la motivation : les OBJECTIFS
Dynamiser et intégrer : les MOUVEMENTS
Favoriser avant, pendant et après l'effort : la RECUPERATION
Optimiser les entraînements : la CONCENTRATION
Programmer l'objectif : la VISUALISATION
Mise en situation sur le terrain
Optimiser les potentiels et se servir de l'échec pour mieux rebondir

Le résultat :

Optimiser les potentiels et se servir de l'échec pour mieux rebondir.
Gérer les situations et s'adapter en toutes circonstances.
Toutes ces pratiques se répercutent très rapidement dans le quotidien et plusieurs autres champs d'application.

Motivation Estime de soi Développement des capacités Confiance Espoir

Sophrologie Caycédienne

Stage Sophro-Sport

Bulletin d'Inscription

SAMEDI 17 ET DIMANCHE 18 MARS 2018

Nom:

Prénom:

Adresse:

Tel:

Email:

J'ai connu cette formation via : Internet Ami(e) Facebook

Autre :

Prix du stage : 250€ (Facilités de paiement)

Prix spécifique élèves VIFIA et Demandeur d'emploi : 200€

Si vous souhaitez confirmer votre inscription, vous pouvez retourner ce bulletin avec un chèque d'arrhes de 50 € (ordre de VIFIA) à :

VIFIA 43 rue de Bayard 31000 Toulouse



Contact : 05.61.62.04.84 / contact@vifia-sophrologie31.com

<http://www.vifia-sophrologie31.com>

Métro Ligne B : Station Jeanne d'Arc / Métro Ligne A : Station Marengo SCNF
Gare Matabiau (5min à pieds)