

PREPARATION MENTALE

OPTIMISER LA
PERFORMANCE,
FAVORISER LE BIEN
ÊTRE



Accompagnement individuel

Développer et contrôler les

Habiletés mentales :

Gestion du stress,

Gestion de la concentration,

Respiration,

Visualisation,

Discours interne,

etc....



Accompagnement collectif

Cohésion de groupe,

Communication,

Leadership

etc...

Et plus encore

Accompagnement pour coach

Accompagnement pour
étudiant

Accompagnement pour
professionnel

Pini Sébastien: 06.26.01.56.09

sebastienpini.pm@gmail.com

n° Siret: 52209338400033