

Offre n°1 : Coaching professionnel et préparation mentale du sportif



Coaching professionnel et *préparation mentale* du sportif

Coaching individuel

Le coach vous aide à optimiser vos capacités d'évolution professionnelle dans votre projet sportif.

- Coaching en développement personnel et en préparation mentale
- Espace exclusif d'échange
- Ethique et confidentialité assurées

Coaching collectif

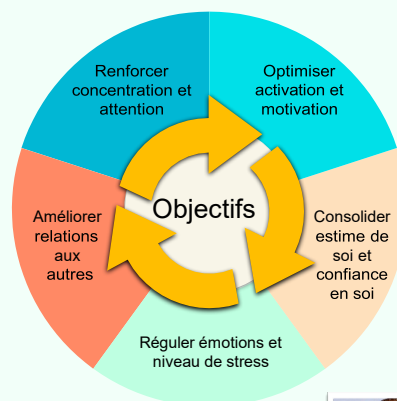
Le coach guide l'équipe à travers les outils de l'intelligence collective pour exploiter la capacité à évoluer ensemble.

- Coaching pour améliorer les interactions et la cohésion
- Espace exclusif d'échange et de coopération
- Ethique et confidentialité assurées



Le coaching professionnel est fondé sur les sciences humaines et sociales et permet de définir et de susciter l'engagement dans l'atteinte d'objectifs d'évolution à travers des techniques de développement personnel.

Le coaching professionnel associé à la *préparation mentale du sportif* vise le développement, l'exploitation des ressources et des compétences afin de lui permettre d'atteindre son meilleur niveau de performance.



« J'aide les sportifs de haut niveau à se fixer des objectifs motivants et épanouissants pour l'atteinte de leurs projets de performance. Je facilite la mise en oeuvre des moyens qui iront vers la maximisation de leurs potentiels. »



Nicolas Payet-Lebourges - Coach Consultant Diplômé d'Etat et coach en préparation mentale, praxis-coaching.fr