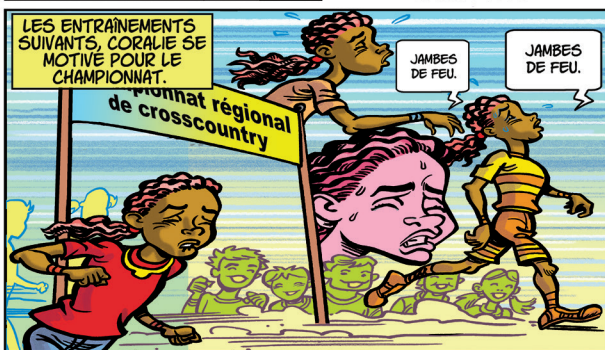
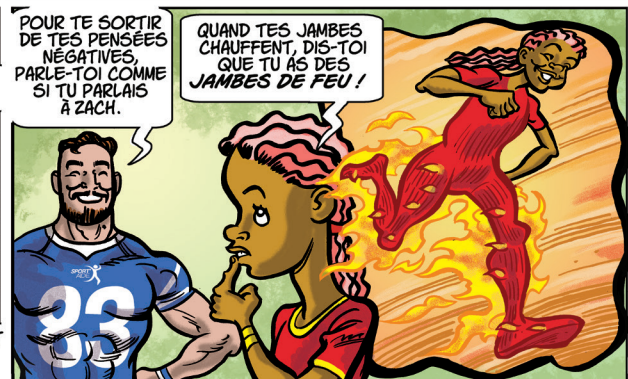
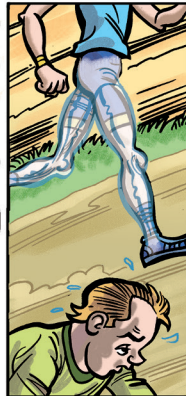


**ANTONY
et
CORALIE**



LE SPORT, C'EST PARFOIS FRUSTRANT ! ON EST TENTÉ DE SE CRITIQUER NÉGATIVEMENT, COMME CORALIE. OR, SI UN AMI VIVAIT UNE SITUATION DÉMORALISANTE, TU VOUDRAIS PLUTÔT L'ENCOURAGER. ALORS, SI ÇA T'ARRIVE, PARLE-TOI POSITIVEMENT COMME SI TU ENCOURAGEAIS CET AMI.

SAIS-TU CE QU'EST UN CONSULTANT EN PERFORMANCE MENTALE ? C'EST UN SPÉCIALISTE QUI AIDE LES ATHLÈTES À ATTEINDRE LEUR PLEIN POTENTIEL POUR :

1. RÉALISER LES MEILLEURES PERFORMANCES POSSIBLES.
2. ATTEINDRE LEUR PLUS HAUT NIVEAU DE BIEN-ÊTRE.

POUR Y PARVENIR, CES CONSULTANTS COMPTENT SUR LE DISCOURS INTERNE, C'EST-À-DIRE CE QU'ON SE DIT À SOI-MÊME. AINSI, POUR ATTEINDRE TON PLEIN POTENTIEL, PARLE-TOI DE FAÇON POSITIVE. ÇA TE SERVIRA TOUTE TA VIE!

