



FICHE D'INFORMATION PRÉPARATION MENTALE INTÉGRÉE

Silver Tennis est une marque de la société Azimut Booster. SAS Azimut Booster RCS Chambéry 979 571 221. Immatriculation au registre des opérateurs de voyages et de séjours sous le numéro IMO73240005. La société dispose d'une garantie financière souscrite auprès de : APST, 15 avenue Carnot, 75017 Paris. Ce document est soumis aux conditions générales de ventes de Azimut Booster disponibles sur le site silvertennis.com



DESCRIPTION

PACK PRÉPARATION MENTALE

INTÉGRÉE

Le pack préparation mentale intégrée est un coaching mental sur le terrain en situation de jeu et de points.

Préalablement au stage il vous est demandé de remplir un questionnaire relatif à votre jeu et comportement de joueur. Ce questionnaire est analysé par le coach mental et discuté avec vous lors d'un entretien avant la première séance.

Au cours de la séance le coach observera vos comportements et réactions et vous fera prendre conscience de vos préférences mentales.

Vous identifierez ce sur quoi vous voulez progresser, vous construirez des ancrages personnalisés que vous pourrez tester tout au long de la semaine, et vous analyserez ce que vous avez réussi à mettre en place et les difficultés rencontrées.

Nos coaches mentaux suivent des sportifs de tous niveaux et des athlètes professionnels.

Contenu du pack :

3 séances d'une heure les lundi, mercredi et jeudi après-midi, un entretien individuel préalable, l'analyse d'un questionnaire stagiaire.

Pour qui ?

Pour tous les joueurs et joueuses en quête de performance que ce soit en compétition ou en tennis loisir qui rencontrent des points de blocages et des difficultés à passer des caps.

Pour quoi ?

Pour vous aider à mieux comprendre votre état mental en situation de jeu et progresser « dans la tête ».

Tarif : 450€