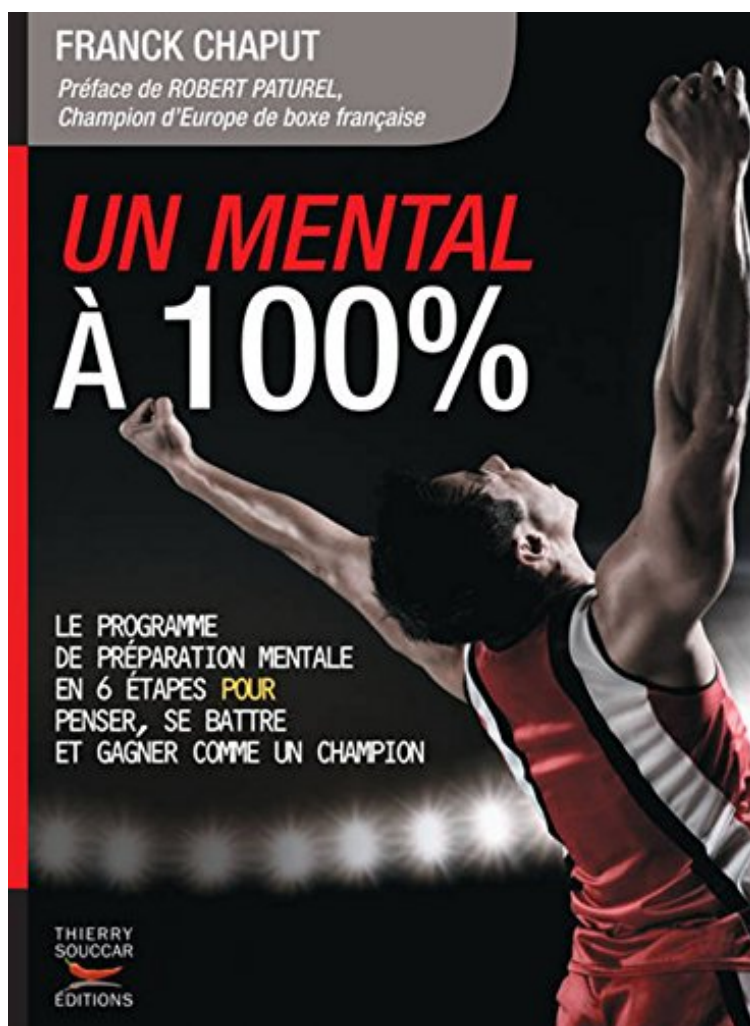


(Library ebook) File size: 34.Mb

Un mental 100 %: Le programme de préparation mentale en 6 tapes pour penser, se battre et gagner comme un champion



Par Franck Chaput
audiobook / *ebooks / Download PDF /
ePub / DOC

Dtails sur le produit Rang parmi les ventes :
#56742 dans eBooksPubli le: 2014-05-
22Sorti le: 2014-10-03Format: Ebook
Kindle

(Library ebook) Un mental 100 %: Le
programme de préparation mentale en 6
tapes pour penser, se battre et gagner
comme un champion

Par Franck Chaput : Un mental 100 %: Le
programme de préparation mentale en 6
tapes pour penser, se battre et gagner
comme un champion before purchasing it in
order to gage whether or not it would be worth
my time, and all praised Un mental 100 %: Le
programme de préparation mentale en 6 tapes
pour penser, se battre et gagner comme un
champion:

Download

Read Online

Description :

Présentation de l'auteur Qu'est-ce que des champions d'exception comme Usain Bolt, Tiger Woods, Michael Phelps, Teddy Riner ont en commun ? Ils savent accéder la Zone, ce moment de grâce où l'athlète a le sentiment que rien ne peut lui résister. Concentration maximale, engagement total, maîtrise absolue, et, au bout, la victoire. Ce livre est votre passeport pour la Zone. Que vous soyez athlète confirmé ou sportif amateur, la méthode de Franck Chaput, basée sur la Programmation Neurolinguistique (PNL), va vous révéler en quelques semaines un potentiel que vous n'imaginiez pas. Vous allez penser, agir et gagner comme un battant pour prendre le dessus sur vos adversaires ou exploser vos performances. Vous saurez : Programmer votre

cerveau vers le succès en éliminant les facteurs négatifs Rester motivé tout au long de la saison sportive Demeurer concentré sur les enjeux Gérer votre stress même en compétition Vous relever la demande. Présentation de l'auteur Qu'est-ce que des champions d'exception comme Usain Bolt, Tiger Woods, Michael Phelps, Teddy Riner ont en commun ? Ils savent accéder à la Zone, ce moment de grâce où l'athlète a le sentiment que rien ne peut lui résister. Concentration maximale, engagement total, maîtrise absolue, et, au bout, la victoire. Ce livre est votre passeport pour la Zone. Que vous soyez athlète confirmé ou sportif amateur, la méthode de Franck Chaput, basée sur la Programmation Neurolinguistique (PNL), va vous révéler en quelques semaines un potentiel que vous n'imaginiez pas. Vous allez penser, agir et gagner comme un battant pour prendre le dessus sur vos adversaires ou exploser vos performances. Vous saurez : Programmer votre cerveau vers le succès en éliminant les facteurs négatifs Rester motivé tout au long de la saison sportive Demeurer concentré sur les enjeux Gérer votre stress même en compétition Vous relever la demande. Biographie de l'auteur Franck Chaput est un ex-athlète de haut niveau, professeur de karaté et kobudo diplômé d'état 5e Dan. Il est préparateur physique et mental.