

Stage mental : Développez votre potentiel mental et pensez comme un champion



Salut c'est Antoine Labéribé, fondateur de l'Académie tennis Antoine Labéribé, spécialisé dans la PROGRESSION tennis pour joueurs ou joueuses motivé(e)s de TOUT NIVEAU. Coach tennis et préparateur mental « haut niveau », je vous propose un stage mental sur mesure pour prendre conscience de toutes les ressources mentales qui sont en vous et penser sur le terrain comme un CHAMPION.

● LES 4 ETAPES POUR ATTEINDRE LA CONCENTRATION OPTIMALE DE PERFORMANCE ●

Vous ne souhaitez plus perdre des matchs contre des adversaires plus faibles?
Vous en avez assez de perdre des matchs en ayant gagné le premier set ou en menant largement ?

Il vous suffit d'améliorer votre concentration grâce à un travail précis sur vos INTENTIONS DE JEU, vos CIBLES, votre CONCENTRATION PRE SHOT ET POST SHOT.

Ce travail vous permettra d'être dans l'INSTANT PRESENT quel que soit le score et de gagner face à des joueurs que vous n'aviez jamais battus.

« A niveau égal, le joueur le plus concentré gagnera toujours le match »

● LES EXERCICES SPECIFIQUES A FAIRE TOUTE L'ANNEE POUR OPTIMISER VOTRE MENTAL ●

Durant ce stage, je vais également vous transmettre des exercices SPECIFIQUES pour optimiser votre mental lors de chacun de vos entraînements. Vous travaillerez ainsi votre VISUALISATION, votre RYTHME, votre CONCENTRATION, ce qui vous permettra d'optimiser votre mental en AUTONOMIE et de manière ludique.

Chaque joueur a la possibilité d'exploiter les RESSOURCES NATURELLES qui sont en lui. Chaque joueur a un POTENTIEL ILLIMITE à développer...

● LES COMPORTEMENTS CLES POUR OBTENIR UN LANGAGE DU CORPS POSITIF ●

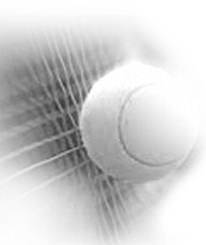
Vous avez tendance à perdre vos moyens quand vous êtes en match et vous ne comprenez pas pourquoi ?

Vous en avez assez de ne pas savoir gérer vos peurs, vos émotions en match ?

Durant ce stage, je vais vous apprendre comment générer des émotions positives et obtenir un langage du corps de CHAMPION.

Vous verrez comment maîtriser votre DIALOGUE INTERNE en utilisant les mots justes pour être performant.

Vous expérimenterez également les ANCRAGES à utiliser pour gérer au mieux ses EMOTIONS.



● COMMENT ENTRER DANS LA ZONE , ETAT DE PERFORMANCE OPTIMAL ? ●

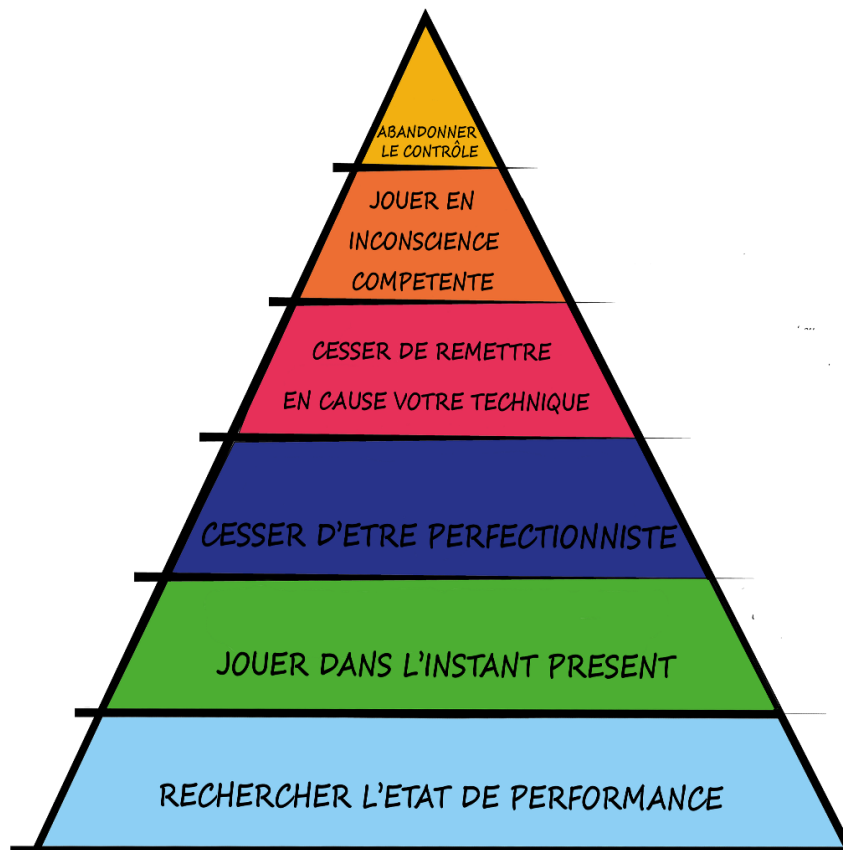
Vous verrez également comment entrer dans la ZONE, ETAT DE PERFORMANCE OPTIMAL.

Je vais vous enseigner les 6 PRINCIPES qui vous permettront de rentrer dans cet état de CONCENTRATION OPTIMALE, de LACHER PRISE totale.

Et vous exploiterez ainsi à fond votre POTENTIEL ILLIMITE.

« La ZONE est accessible à tout type de joueur, il suffit juste de savoir comment y entrer ».

LES 6 PRINCIPES POUR ATTEINDRE LA ZONE



● OFFRE UNIQUE ●

Ce stage tennis mental 100% terrain est destiné à tout type de joueur souhaitant exploiter à fond toutes les ressources mentales qui sont en lui.

Cette offre est limitée à 4 personnes afin de vous garantir un travail de qualité.

Contenu du stage

- Les 4 étapes pour atteindre la concentration optimale de performance
- Les exercices spécifiques à faire toute l'année pour optimiser son mental
- Les comportements clés pour obtenir un langage du corps positif
- Comment entrer dans la zone, état de performance optimal ?

Durée : 9h30-12h, 13h30-16h

Lieu : WTC Wissous (91)

Tarif unique : 120€ le stage au lieu de 150€

Ils ont participé à mes stages de tennis mental et ont obtenu des résultats significatifs.

Cliquez sur le lien pour consulter les TEMOIGNAGES : [ICI](#)

Pour toute inscription au stage, un coaching mental d'une valeur de 30€ offert pour votre prochain tournoi.

Pour obtenir des renseignements ou s'inscrire, contactez moi sur mon mail professionnel antoine.laberibe@hotmail.fr ou au 06 50 39 81 23.