



L'animation d'un atelier de groupe est généralement conçue pour 15 -20 participants.

OBJECTIFS

- S'initier aux concepts de la préparation mentale ou;
- Approfondir un sujet lié à la préparation mentale répondant au besoin du milieu;
- Acquérir des connaissances plus poussées sur des sujets précis pour optimiser les performances du participant;
- Apprendre, expérimenter et identifier des techniques favorisant également l'optimisation des performances du participant;

CONTENU

Tous les contenus en lien avec la préparation mentale peuvent devenir un sujet pour un atelier de groupe. Les sujets sur mesure sont conçus :

- Selon les besoins du milieu;
- Selon les groupes de sport s'il y a lieu;
- Selon les demandes des clients;
- En collaboration avec d'autres professionnels;
- Etc.

COÛT

Les coûts reliés à l'animation d'un atelier de groupe est à discuter avec le responsable selon les situations, les besoins, le nombre de participants et le lieu.

Nous contacter pour une soumission.

- Prix préférentiels et entente avec le responsable selon les situations;
- Programme de fidélité disponible;
- Possibilité de s'adapter à des groupes de plus de 20 participants.