



La préparation mentale L'atout au service de votre performance

Le calendrier de nos séminaires à l'OMS de St Denis

Module 1 - PNL

Gestion des émotions

WE du 1er et 2 avril

WE du 30 avril et 1er mai

WE du 24 et 25 juin

Module 2 - PNL

Visualisation mentale

Gestion de la douleur

WE du 13 et 14 mai

WE du 22 et 23 juillet

WE du 9 et 10 septembre

Module 3 - Hypnose

Initiation à l'hypnose

Les fondamentaux

WE du 10 et 11 juin

WE du 8 et 9 juillet

Module 4 - Auto-hypnose

Être autonome

WE du 5 et 6 août

WE du 16 et 17 septembre

Séminaires Pré Grand Raid

Mise au vert mentale

Derniers réglages mentaux

WE du 7 et 8 octobre

WE du 14 et 15 octobre



https://aerozen.re/Preparation_mentale

stephane.iglicki@gmail.com

Stéphane - 0 6 9 3 . 6 1 9 . 5 5 5