

FORMATION PRÉPARATION MENTALE

13-14 JUIN 2022

avec les interventions de
Christophe EVANO
& **Gilles SERO**



FINANÇABLE PAR L'
aFDas

Vous êtes
Techniciens
Formateurs
Arbitres

INTERVENANTS



Christophe EVANO

- Coordonnateur Anti-Dopage (AFLD)
- Ex joueur Pro Basket-ball
- Ex CTS et CTN Basket-ball
- BE2 Basket-ball



Gilles SERO

- Ex-sportif de haut niveau
- Diplômé en psychologie clinique
- Spécialiste de la motivation Sport & Entreprise
- Travaille depuis + de 20 ans sur les notions de « la gagne »

SESSIONS



Ligue de Bretagne de Basket-Ball

2C, Allée Jacques Frimot
35000 RENNES



sebastien.legros

@bretagnebasketball.org
06 68 02 82 10

13 JUIN

Préambule

Mental & motivation.
7 leviers de modélisation
de la performance.
Détermination d'objectifs.

Manager comme vous êtes ! Jouez votre jeu

Se connaître pour manager.
Métier de manager.
Connaître son environnement
pour s'adapter.

14 JUIN

L'aspect mental du haut-niveau

Etat d'esprit du haut-niveau.
Être acteur de ses performances.
L'analyse de ses performances.