



Tennis de Table

Préparation mentale

**Mardi 10 mars
2020**

Soirée ‘mental’

**Entraîner son mental
Gérer son stress et
ses émotions**



À Crest (26)

Salle de tennis de table de Blacons

De 19h à 21h

Tarif : 15 €

Encadrement
Yann BOUCHET
Préparateur mental
Entraîneur de tennis de table



MentalHaut

RENSEIGNEMENTS et INSCRIPTIONS:

mental-haut.jimdo.com

Yann BOUCHET
06-18-25-71-89
mental.haut@laposte.net