

IRBMS

Institut Régional du Bien-être,
de la Médecine et du Sport Santé

WWW.PSYCHOLOGIEDUSPORTIF.FR

WWW.IRBMS.COM - NORD-PAS-DE-CALAIS

La Démarche en Préparation mentale

*Voici schématiquement la démarche proposée
dans un travail de préparation mentale*

