



## **Champion dans la tête : La recherche de la performance dans le sport et dans la vie**



**Télécharger**



**Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Champion dans la tête : La recherche de la performance dans le sport et dans la vie

*François Ducasse, Makis Chamalidis*

**Champion dans la tête : La recherche de la performance dans le sport et dans la vie** François Ducasse, Makis Chamalidis

 [Télécharger Champion dans la tête : La recherche de la perfor ...pdf](#)

 [Lire en ligne Champion dans la tête : La recherche de la perf ...pdf](#)

## **Téléchargez et lisez en ligne Champion dans la tête : La recherche de la performance dans le sport et dans la vie François Ducasse, Makis Chamalidis**

---

326 pages

Présentation de l'éditeur

Ce livre, fruit d'une longue expérience du sport de haut niveau, est consacré au " mental " et au parcours de ces personnages exceptionnels que l'on nomme "champions". S'appuyant sur de nombreux exemples, cette incursion dans l'univers sportif encouragera le lecteur à aller au bout de ses rêves et à adopter lui aussi une attitude de champion dans sa vie, car les qualités et les principes qui gouvernent l'entraînement des sportifs s'appliquent à tous. Sans idéaliser les champions et sans nier certains excès du sport moderne, ce livre montre sous son vrai jour l'univers difficile des gagnants. Conçu comme un parcours initiatique, il ne s'intéresse pas uniquement à la performance, mais rappelle également les valeurs que devrait véhiculer le sport, entre autres, la générosité, la loyauté, le sens de l'aventure, l'élégance. Vous y trouverez aussi la Carte du mental qui illustre de façon frappante les obstacles et les embûches qui se dressent sur la route, ainsi que les qualités requises pour les franchir et vous amener dans cet état si particulier qui favorise la création, l'accomplissement et la réussite. Ce livre vous servira de compagnon de route que vous aimerez consulter au travail, à l'entraînement ou avant une réunion importante. Il vous incitera à poursuivre votre quête vers l'excellence et à vous demander régulièrement: "Suis-je un champion dans la tête?" Biographie de l'auteur François Ducasse est né en France. Ex-joueur de tennis, il a été entraîneur et manager du club de Ion Tiriac et Guillermo Vilas. Installé à Los Angeles en 1996, il a créé la Lansdorp-Ducasse Tennis Academy. Il anime aujourd'hui un programme de formation sur le thème de la connaissance de soi, développé avec le soutien de la Section pour la jeunesse de l'UNESCO. Il œuvre auprès de sportifs, d'artistes et en milieu scolaire. Il est l'auteur de la Carte du mental. Makis Chamalidis est d'origine grecque. Docteur en psychologie, il est entre autres rattaché au Centre National d'Entraînement à Roland-Garros et formateur au sein de la Section pour la jeunesse de l'UNESCO. Il enseigne la psychologie du sport à l'université. Il a publié Splendeurs et misères des champions.

Download and Read Online Champion dans la tête : La recherche de la performance dans le sport et dans la vie François Ducasse, Makis Chamalidis #6UPDV4NT201

Lire Champion dans la tête : La recherche de la performance dans le sport et dans la vie par François Ducasse, Makis Chamalidis pour ebook en ligne Champion dans la tête : La recherche de la performance dans le sport et dans la vie par François Ducasse, Makis Chamalidis Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Champion dans la tête : La recherche de la performance dans le sport et dans la vie par François Ducasse, Makis Chamalidis à lire en ligne. Online Champion dans la tête : La recherche de la performance dans le sport et dans la vie par François Ducasse, Makis Chamalidis ebook Téléchargement PDF Champion dans la tête : La recherche de la performance dans le sport et dans la vie par François Ducasse, Makis Chamalidis Doc Champion dans la tête : La recherche de la performance dans le sport et dans la vie par François Ducasse, Makis Chamalidis Mobipocket Champion dans la tête : La recherche de la performance dans le sport et dans la vie par François Ducasse, Makis Chamalidis EPub

**6UPDV4NT2016UPDV4NT2016UPDV4NT201**