



Tennis - Soyez P.R.O. - La méthode pour oser



Télécharger



Lire En Ligne

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

Tennis - Soyez P.R.O. - La méthode pour oser

Ronan LAFAIX

Tennis - Soyez P.R.O. - La méthode pour oser Ronan LAFAIX

Ronan LAFAIX a amené Stéphane ROBERT dans le top 100 mondial. De très nombreux lecteurs de « Tennis à e Un nouveau coaching pour gagner » nous ont demandé la réédition de « Tennis à e Soyez P.R.O. » afin dâ avoir à nouveau accès à la mise en place concrète de la méthode faisant la renommée de Ronan LAFAIX. Ayant connu un réel succès en format numérique après lâ arrêt de sa diffusion, il nous semble donc naturel de le proposer de nouveau en format papier. Comment réussir à donner le meilleur de soi lors dâ une compétition ? Quelles sont les recettes pour exploiter son potentiel et optimiser ses qualités ? Trop souvent, technique, physique et mental sont travaillés séparément ; nous vous proposons de les faire enfin évoluer ensemble grâce à des situations et des exercices originaux ! Découvrez dans cet ouvrage les secrets de cette méthode inédite qui interpelle le monde du tennis.

 [Télécharger Tennis - Soyez P.R.O. - La méthode pour oser ...pdf](#)

 [Lire en ligne Tennis - Soyez P.R.O. - La méthode pour oser ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Tennis - Soyez P.R.O. - La méthode pour oser Ronan LAFAIX

224 pages

Présentation de l'éditeur

Ronan LAFAIX est LE coach dont tout le monde parle actuellement suite aux résultats de Stéphane ROBERT lors du dernier Open d'Australie, joueur du top 100 mondial qu'il a formé.

De très nombreux lecteurs de « Tennis - Un nouveau coaching pour gagner » nous ont demandé la réédition de « Tennis - Soyez P.R.O. » afin d'avoir à nouveau accès à la mise en place concrète de la méthode faisant la renommée de Ronan L AFAIX.

Ayant connu un réel succès en format numérique après l'arrêt de sa diffusion, il nous semble donc naturel de le proposer de nouveau en format papier.

Comment réussir à donner le meilleur de soi lors d'une compétition ? Quelles sont les recettes pour exploiter son potentiel et optimiser ses qualités ?

Trop souvent, technique, physique et mental sont travaillés séparément ; nous vous proposons de les faire enfin évoluer ensemble grâce à des situations et des exercices originaux !

Découvrez dans cet ouvrage les secrets de cette méthode inédite qui interpelle le monde du tennis.

Sommaire simplifié

La méthode P.R.O. :

Le P du Poser : le corps

Le R de Respirer : la respiration complète

Le O d'Observer : l'esprit Biographie de l'auteur

Titulaire du Brevet d'État de tennis, Ronan LAFAIX est également praticien en programmation neurolinguistique et sophrologue.

Grâce à ses différentes compétences, il a pu concevoir cette méthode inédite qui repose aussi bien sur des paramètres techniques que mentaux.

Parallèlement à ses activités dans le tennis, il intervient dans d'autres sports pour lesquels les principes fondamentaux de sa méthode sont facilement transposables.

Download and Read Online Tennis - Soyez P.R.O. - La méthode pour oser Ronan LAFAIX

#P49ONY8AHSZ

Lire Tennis - Soyez P.R.O. - La méthode pour oser par Ronan LAFAIX pour ebook en ligne Tennis - Soyez P.R.O. - La méthode pour oser par Ronan LAFAIX 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 Tennis - Soyez P.R.O. - La méthode pour oser par Ronan LAFAIX à lire en ligne. Online Tennis - Soyez P.R.O. - La méthode pour oser par Ronan LAFAIX ebook Téléchargement PDF Tennis - Soyez P.R.O. - La méthode pour oser par Ronan LAFAIX Doc Tennis - Soyez P.R.O. - La méthode pour oser par Ronan LAFAIX Mobipocket Tennis - Soyez P.R.O. - La méthode pour oser par Ronan LAFAIX EPub

P49ONY8AHSZP49ONY8AHSZP49ONY8AHSZ