

**NOS CONFERENCES PROPOSEES
AUX CLUBS
ET AUX STRUCTURES TENNISTIQUES**

Contact et information au
06033922902



LE CONFERENCIER

SAUVEUR CUOMO

- ▶ Président des Parrains du Sport
- ▶ Conseiller en psychorelaxologie
- ▶ Auteur de la méthode « Instinctiv'Tennis » et de plusieurs ouvrages dédiés à la psychologie du tennis
- ▶ Il a donné des conférences et a présenté ses publications à :
 - ▶ Monte-Carlo
 - ▶ Tenerife
 - ▶ Bruxelles
 - ▶ Poitiers
 - ▶ ETC.



OBJET DE LA CONFERENCE

Nos conférences sont axées sur l'aspect mental de la compétition.

Comment ?

- Mieux connaître son jeu intérieur.
- Utiliser la totalité de son mental dans la gestion du jeu
- Mettre en oeuvre la dynamique Mentale "Instintiv'Tennis"

Spécial enfant compétiteur/parent accompagnateur

Comment ?

Accompagner son enfant en compétition

Suivre son niveau de progression en compétition dans :

- Son comportement, sa gestion émotionnelle du jeu.
- Son niveau de concentration par la cotation QET (quotient d'expression tennistique)

ORGANISATION ET CONTENU DE NOTRE CONFERENCE

- ▶ **Durée :** 1h30
- ▶ **Modalités :** Projection power point par projecteur sur support écran (fournis)
- ▶ **Contenu :**
 - ▶ Les composantes mentales influant sur l'expression tennistique en compétition
 - ▶ La concentration : Sa définition, ses différentes formes, comment y rentrer ? Comment y rentrer de nouveau lorsqu'on en sort
 - ▶ Les différents états de conscience impliqués au cours du jeu
 - ▶ La gestion émotionnelle du jeu.
 - ▶ Le temps de la pensée au cours des différentes gestions mentales de jeu
 - ▶ Les mémoires du joueur, leur construction, les freins à leur expression.

CONTENU DE NOTRE CONFERENCE (suite)

Contenu spécifique enfant compétiteur/Parent accompagnateur

L'accompagnement parental

Objectifs :

- ▶ _Permettre à l'enfant une construction tennistique de qualité en équilibre avec sa croissance et ses changements de motivation
- ▶ Être l'accompagnant, celui qui participe à l'équilibre émotionnel de l'enfant par des dialogues de positivation
- ▶ Savoir mesurer la progression de l'enfant sur le plan de son attention et de sa motivation en compétition

OPTIONS PAYANTES POST CONFERENCE

OPTION 1

Immédiatement après la conférence

- ▶ Mise en œuvre en atelier de la concentration auditive et de la respiration/oxygénation intégrée (extrait du premier degré de la méthode « Instinctiv'Tennis »)
 - ▶ Durée : 2 heures
 - ▶ Maximum de participants : 8 sur 2 courts attenants

▶ OPTION 2

▶ Le lendemain de la conférence

- ▶ Une à trois journées de stage avec maximum 12 joueurs sur 3 courts



Pour tout public


Contenu de notre
présentation

- Les entités mentales dynamiques agissant sur votre humeur, votre capacité à gérer les moments douloureux, les moments de joie, les grands moments où vous devez vous affirmer pleinement
- Dans ce monde devenu virtuel, préparez vous à un métier d'avenir le « coaching de la vie »

CONFÉRENCE

**LE TEMPS
PRESENT EST
ETERNEL**

**BIEN DANS SA TÊTE ET SON CORPS
PAR LA VIE AU TEMPS PRESENT**



LES PARRAINS DU SPORT

(Association de la loi 1901)

VOUS PRESENTENT

**La vie au temps présent
Et un métier d'avenir
« Le coaching de vie »**

LES PARRAINS DU SPORT



Le conférencier
SAUVEUR CUOMO
Pour le contacter
0603392290

Conférence

**LA PERFORMANCE DANS LA
TÊTE ET DANS LE COEUR**

**LA PRÉPARATION
« INSTINCTIV'PERFORMANCE »**

LES SPORT EN GUERRIER PACIFIQUE

Nous vous présenterons dans cette conférence, une philosophie du sport « la biosophie, ou le sport au temps présent, « ici et maintenant »

- Un tremplin vers la performance**
- Une nouvelle éthique basée sur le respect et le dépassement de soi**
- Un incomparable moyen de former la jeunesse vers son accomplissement**