

Communiqué de presse

Mental Gagnant, parcours gagnant ?

Découvrez comment le coaching mental peut vous aider à réussir vos défis quotidiens.

Au ROx à Rouvroy samedi 23 septembre à 20h00.

Votre vie professionnelle ressemble-t-elle parfois une compétition ?
Pensez-vous que vous devez être parmi les meilleurs pour rester dans la course ?
Comment pouvez-vous agir sur votre mental pour réussir ... tout en prenant soin de vous ?

Christian Deglain est préparateur mental chez Altian. Il accompagne des managers et leurs collaborateurs ainsi que des personnes en reconversion professionnelle pour gérer leur carrière dans les meilleures conditions. Il a construit une conférence qui illustre les possibilités d'utiliser le coaching mental pour sportif de haut niveau dans votre vie professionnelle et privée.

Il vous dévoilera une série d'outils simples et pratiques que vous pourrez appliquer lors vos prochains challenges. Avec de nombreuses analogies en lien avec le sport, vous comprendrez comment les managers renforcent la cohésion entre les membres de leurs équipes.

Suivez les traces de Julien Watrin dans son parcours d'athlète de haut niveau

Julien Watrin est membre des Belgian Tornados, le relais Belge des 4x 400m. Avec les frères Borlée, il détient le record d'Europe en salle, puis a terminé 4ème aux Jeux Olympiques de Rio. Lors de cette soirée, il fera part de son expérience pour montrer comment la préparation mentale l'aide à surmonter les difficultés et construire ses victoires. C'est une opportunité exceptionnelle de suivre le premier sportif de la Province du Luxembourg dans les plus grands stades d'athlétisme.

Billetterie : www.eventbrite.com - conditions prévente jusqu'au 10 septembre

Une organisation Be Alternatives, conférences et formations. 0498/ 165 854 www.be-alternatives.eu



**MENTAL GAGNANT,
PARCOURS GAGNANT ?**

GRANDE CONFÉRENCE
"La puissance des mots par des orateurs exceptionnels"

**Julien Watrin &
Christian Deglain**

23 SEPT.
20h00 accueil dès 19h00

ROx

ROUVROY *Attitude Gagnante*

Infos & inscriptions
+32 498 165 854
www.be-alternatives.eu