



éMAUtions



MINDSET

Tu es sportif?

Ta saison n'est pas représentative
de tous tes efforts?

Tu veux trouver les clés pour performer ?



éMAUtions



LIS CE QUI SUIT, J'AI DES SOLUTIONS !



éMAUtions

Les éMAUtions... Qui suis-je ?

Je suis Caro,
Naturopathe,
spécialisée en préparation mentale.



J'aide les sportifs
à se sentir mieux dans leur tête, dans leur corps
et en harmonie avec leurs émotions.

J'accompagne chacun,
à se révéler, le temps d'une saison
pour performer en compétition,
comme dans la vie.

L'OFFRE MINDSET ... c'est quoi ?



éMAUtions

**l'offre MINDSET c'est UN ABONNEMENT MENSUEL
pour aider les jeunes sportifs à :**

ACCUEILLIR

leur stress, leurs angoisses, leurs émotions, leurs doutes

APPRIVOISER

leurs faiblesses et en faire une force redoutable

GAGNER

en confiance

SE SENTIR

plus ancrés et focus avant les compétitions

L'OFFRE MINDSET ... c'est quoi ?



éMAUtions

2 À 4 HEURES DE PRÉPA MENTALE MENSUELLES

UN GROUPE INSTA "FORCE MENTALE"

UN SUIVI NUTRITION PERSONNALISÉ

DES ATELIERS BREATHWORK

UN ACCOMPAGNEMENT D'URGENCE SI BLESSURE

Tu es sportif?
tu as besoin que ta saison
prochaine soit explosive?

Viens en MP, on en discute !
visio découverte offerte de 15 min



éMAUtions



OFFRE MINDSET