



500077 - U.S. BOULOGNE COTE D OPALE

Gestion des émotions

ACTION

Nom de l'action

Gestion des émotions

Date de l'action

07/10/2024

Public cible

U14-U19

Nombre de participants

21

Thème de l'action

Santé

Descriptif de l'action

Echange sur la gestion des émotions avant, pendant et après une compétition au CFM USBCO entre les intervenants Xavier Evrard et François Rommel et les U16-U17-U18. Ils ont pu en discuter avec 2 joueurs de l'équipe National du club: Sébastien Flochon et Xavier Lenogue. Qu'est ce qu'une émotion ? liste des émotions ? comment la gérer ?

Lien de la vidéo

VID-20241007-WA0003

Photo(s)





Publications

À propos

Plus ▼



USBCO Formation



21 oct. · 

Nos internes du centre de formation ont récemment eu l'occasion, sous l'impulsion de Xavier Evrard et François Rommel, de participer à une intervention sur la gestion des émotions.

Deux de nos joueurs de l'effectif national, Sébastien Flochon et Xavier Lenogue, sont venus partager leurs expériences de la gestion des émotions à haut niveau , notamment sur leurs rituels d'avant match.

Ce fut un moment d'échange précieux entre les jeunes et les joueurs autour de cette thématique.

D'autres vont suivre, la diététique , le E-Sport etc...