



Cécile L'Hommelet
FAITES PETILLER VOTRE PLEIN POTENTIEL

Coach professionnelle certifiée
spécialisée en préparation mentale du sportif

“ Les seules limites qui existent,
sont celles que l'on s'impose. ”

☎ 06 33 59 32 71

✉ lhommelet.cecile@gmail.com

📍 @Cécile-LHommelet-Pro

🌐 www.cecilelhommelet.fr

Faites pétiller votre plein potentiel



VOUS ÊTES UN Sportif

- + Gestion du stress
- + Apprendre à mieux se connaître
- + Maîtriser ses émotions
- + Renforcer sa motivation et sa confiance en soi
- + Augmenter son niveau de concentration
- + Créer des routines de performance
- + Gérer les blessures

“

Dans l'approche, il s'agira dans un premier temps d'apprendre à mieux vous connaître (comprendre votre fonctionnement, identifier vos blocages...) pour vous transmettre ensuite des outils co-construits ensemble, en vue de faire pétiller votre plein potentiel et optimiser votre performance.

”