



Spécial bac et concours : un mental de champion !

Mardi 16 février 2016 à 18h15, Jason Lamy-Chappuis, champion olympique et champion du monde de combiné nordique (ski de fond et saut à ski) sera présent à LLG pour une conférence exceptionnelle.

Jason Lamy-Chappuis, 29 ans, compte 27 victoires en Coupe du monde, dont 26 sur des épreuves individuelles, dix médailles mondiales dont cinq en or, trois classements généraux de Coupe du monde et un titre olympique, ce qui constitue l'un des plus importants palmarès de son sport.

En compagnie de Benoît Eycken, ex-entraîneur fédéral de ski acrobatique, Jason partagera avec vous **son expérience unique de la préparation à la compétition au plus haut niveau :**

- Quelle préparation pour être "au top" le jour J... et les suivants ?
- Comment canaliser son stress et ses émotions ?
- Comment gérer la compétition dans la durée et surmonter les difficultés éventuelles ?
- Comment récupérer après chaque épreuve ?

Une table ronde permettra de répondre à toutes vos questions. Venez nombreux !

En savoir plus sur Jason : https://fr.wikipedia.org/wiki/Jason_Lamy-Chappuis