

Bonjour à toutes et tous,

si vous n'êtes jamais fatigué et que vous dormez suffisamment,

si vous arrivez à maintenir sans difficulté l'effort sur des objectifs à long terme,

si vous n'avez pas d'appréhension avant des échéances importantes,

si vous n'êtes pas impacté par les comportements agressifs,

si votre vase a toujours de la place pour une nouvelle goutte,

ET

si vous pensez que ce qui a fait ses preuves chez les sportifs ou opérationnellement dans l'armée, la police et les pompiers n'est pas transposable à l'intensité de l'entreprise,

si vous pensez qu'un ~~vieux~~ officier expérimenté qui a déployé et appliqué cette approche dans la Police pendant 8 ans ne saura pas s'adapter à vos contraintes,

ALORS

ce n'est pas la peine que je vous dise qu'il s'agit des Techniques d'Optimisation du Potentiel® ou TOP créés par le Dr Édith Perreaut-Pierre (médecin du sport),

ce n'est pas non plus la peine que je vous parle de respiration, de relaxation, de dialogue interne, de travail mental ou de visualisation.

MAIS

si vous cherchez des outils de mobilisation de vos ressources pour les moments où vous en avez besoin (moments programmés ou imprévisibles), sans vous « cramer », car performer c'est bien mais durer c'est encore mieux,

ALORS



**On en
parle
quand
vous
voulez.**



Romain FONTAIMEPE

Expert en Techniques d'Optimisation du Potentiel®

Commandant de Police honoraire

06 60 84 35 24

romain.fontaimpe@gmail.com

www.linkedin.com/in/romain-fontaimpe