



Bon de Commande



ACCOMPAGNEMENT MENTAL DE L'ENTRAÎNEMENT

- CD Audio -

- P1. Présentation et mode d'emploi 5'
- P2-3. Séquence n°1 : Récupérer à la fin de l'entraînement 12'
- P4-5. Séance n°2 : Récupérer entre les entraînements 22'
- P6-7. Séance n°3 : Se préparer avant l'entraînement 12'
- P8-9. Séquence n°4 : Récupérer pendant l'entraînement 8'
- P10-11. Séquence n°5 : Faciliter l'apprentissage pendant l'entraînement 8'

Cet outil a pour vocation l'accompagnement mental de l'entraînement au sein du club de Savate. Il est destiné à l'enseignant, dans et autour du cadre de l'animation de ses séances. Il pourra également, conseillé par son entraîneur, être utilisé par le pratiquant pendant et en dehors des séances d'entraînement. Quelques aménagements permettront à cet outil de s'adapter facilement aux disciplines associées.

Cet accompagnement mental permettra d'optimiser la séance de Savate boxe française en apprenant aux pratiquants, entre autre, à mieux gérer les temps de récupération, à renforcer leur motivation et à favoriser leur apprentissage technique, etc.

Coupon-réponse

Merci d'adresser ce coupon, accompagné de votre chèque à l'ordre de la **Fédération Française de SAVATE boxe française et DA**
49, rue du Faubourg Poissonnière - 75009 Paris. Tel : 01 53 24 60 60 - Email : boutique@ffsavate.com

Adresse de livraison :

NOM / Prénom ou nom du club, CD ou ligue :

Adresse

Code postal : Ville :

E-mail Tel :

Cochez si même adresse pour la facturation

Barème des frais de port :	
De 0 à 45 € = 3,50 €	De 46 à 75 € = 6,50 €
De 76 à 150 € = 9,50 €	+ de 150 € = 11,50 €

Adresse de facturation :

NOM / Prénom ou nom du club, CD ou ligue :

Adresse

Code postal : Ville :

Je commande	Prix unitaire	Quantité	Prix Total
CD de l'accompagnement mental de l'entraînement	15 €	X €
		Frais de port : €
		Total à payer : €

Date : / /

Signature :