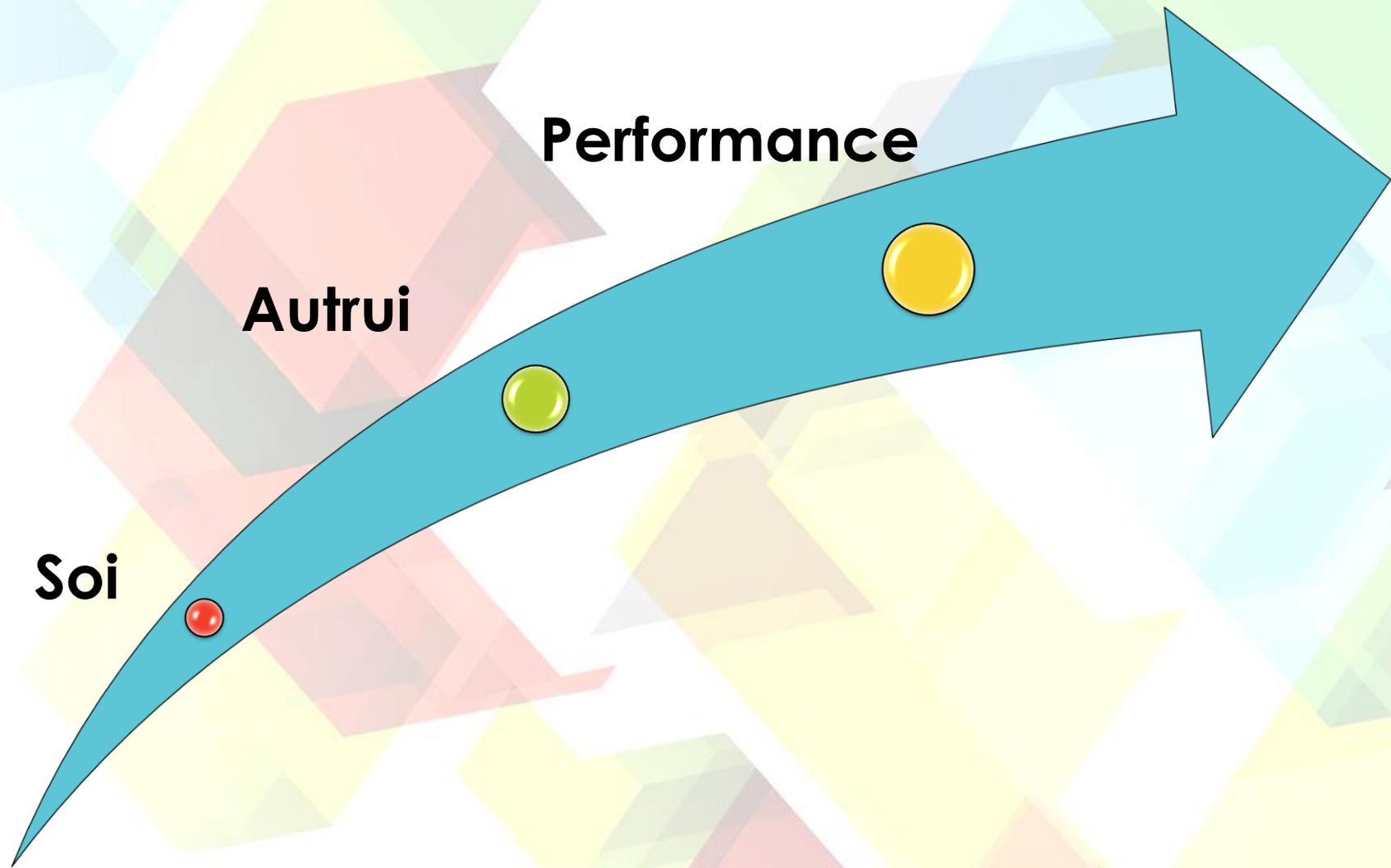


Mental²Pros



DU PRÉPARATION MENTALE INTÉGRÉE

Présentation de l'équipe
2020 – 2021



Soi

Autrui

Performance

Raphaël HOMAT



Profil

- Préparateur mental
- Co-responsable DU PMI
- Coordination pédagogique



Thèmes

Le préparateur mental et sa démarche, la fixation d'objectifs, l'imagerie mentale, la PNL & la relaxation



<http://www.raphaelhomat.com/>

Nicolas EPINOUX



Profil

- PRAG EPS
- Docteur en STAPS
- Co-responsable DU PMI



Thèmes

Le développement des compétences sociales et les représentations de la performance

Dorinne AFFLARD



Profil

Ancienne sportive de haut niveau (basket-ball), je suis diplômée de l'Université de Lille 2 en préparation mentale et d'un diplôme européen de coaching des sportifs de haut niveau Perfin sport. En tant qu'équicoach, j'utilise le cheval comme outil dans le domaine du management et pour des particuliers.



Thèmes

L'alignement, les pensées, les émotions & les actions



<http://stabiliz.fr/>

Nathalie ANDRE



Profil

- MCF
- STAPS Poitiers
- Psychologue clinicienne



Thèmes

Les théories de
la motivation

Laurent BOSQUET



Profil

- Professeur d'université STAPS
- Responsable DU EPP, Université de Poitiers



Thèmes

La mesure de la charge physique et de la charge mentale

Geoffroy BOUCARD



Profil

Maître de conférence en STAPS,
Université de Poitiers



Thèmes

L'impact de l'état physique
sur les fonctions cognitives
exécutives

Pierre-Charles DESMAREST



Profil

Préparateur mental – formé en PNL et en cohérence cardiaque – et coach en entreprise



Thèmes

La gestion du groupe



<https://mycoachingperformance.com/>

François GRANGER



Profil

J'enseigne la pleine conscience dans le cadre du cycle MBSR (Réduction du stress basée sur la mindfulness) et la méditation depuis 8 ans en région Poitou-Charentes. Mon activité est fondée sur un long parcours de retraite sous la direction d'un maître tibétain.



Thèmes

Méditation et
pleine conscience



<https://www.meditation-mbsr.fr/>

Lise HERPIN



Profil

Préparation mentale – hypnose thérapeutique

Je suis passionnée par le dépassement de soi et la découverte de nos ressources intérieures. La préparation mentale pour les sportifs de haut niveau s'est mise sur ma route de façons inattendues. J'ai recherché, testé, développé une prise en charge orientée sur l'autohypnose dans l'objectif de rendre les sportifs le plus autonome possible.



Thèmes

Hypnose et
autohypnose

Bruno LE GAL



Profil

Entraîneur de l'équipe de France de jujitsu depuis 4 ans, je prépare les athlètes pour les jeux mondiaux (jeux olympiques des disciplines non olympiques), les championnats d'Europe et du monde. Prof d'EPS à la base, j'ai un BEES 2^e degré en judo jujitsu, un DU de préparation physique (celui de Poitiers) et un diplôme de coach professionnel (orienté solutions et PNL).



Thèmes

Les outils de la PNL, le coaching, position haute et basse

Claire MARIOT-DURANT



Profil

Psychologue du travail et des organisations, je mets à votre service mes connaissances en psychologie sociale et mon expérience spécifique dans l'animation de groupes.



Thèmes

La communication interpersonnelle, la coopération, le positionnement et l'identité professionnelle, la souffrance au travail

Adrien MATTER



Profil

BPAGFF - D.U EPP - Enseignant & formateur Yoga / Pilates

La diversité de mes expériences m'a permis de développer une approche intégrant Yoga, Pilates et Tai-Chi. Mon travail est centré sur la compréhension et le respect du corps en mouvement. Sensible aux liens entre le physique, l'émotionnel et le mental, la pratique est pour moi un outil de développement et de guérison.



Thèmes

Yoga, pilates et
préparation
mentale



<https://adrienmatter.com/>

Yann MICHELI



Fondateur de la société PULS@CARE - Lauréat 2010 du réseau Entreprendre Haute-Savoie, j'interviens sur 3 marchés : sport de haut niveau, santé et prévention en entreprise. Je suis aussi co-dirigeant de KYomed INNOV, société spécialisée dans l'innovation en santé connectée. Je suis formateur et conférencier spécialiste des enjeux de performance durable dans les différents environnements professionnels (sport, entreprise et santé) ainsi qu'intervenant à l'Université Claude Bernard de Lyon et à l'Université de Poitiers.



Les outils de la variabilité de la fréquence cardiaque et la cohérence cardiaque

Denis RICHÉ



Profil



Thèmes

Spécialiste de la micronutrition de la sphère digestive et de l'immunité, j'accompagne les patients dans l'optimisation de leur santé et de leurs performances.

L'équilibre interne, la micronutrition et la préparation mentale



<http://denisricheconseil.com/>

Vos interlocuteurs

Ce diplôme est cogéré par M. Nicolas EPINOUX et M. Raphaël HOMAT.

Pour toute question, nous vous invitons à prendre contact avec l'un de vos interlocuteurs :

- M. Nicolas EPINOUX – nicolas.epinoux@univ-poitiers.fr
- Service Professionnalisation de l'Université de Poitiers – professionnalisation.scsport@univ-poitiers.fr
- Service Scolarité de l'Université de Poitiers – scolarite.scsport@univ-poitiers.fr (05 49 45 33 43)