

*La mise au «focus» vous permettra de garder les yeux sur la cible à atteindre et de vivre pleinement le moment présent.*



***Pour informations***

**Alain Vigneault**

[psysport@alainvigneault.com](mailto:psysport@alainvigneault.com)

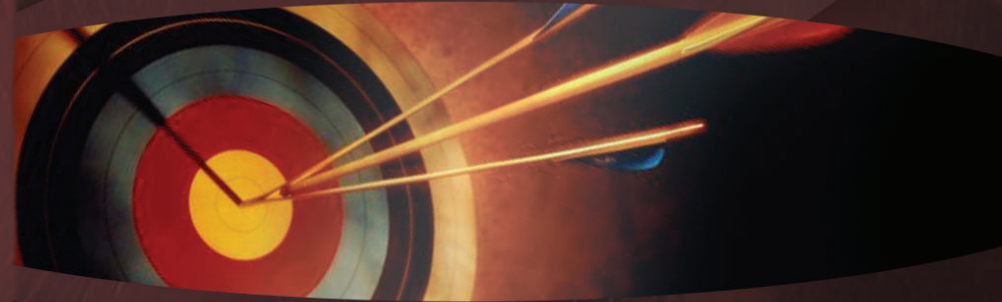
(418) 222-2076

**POUR GARDER LE FOCUS**

**AV ALAIN VIGNEAULT  
CONFÉRENCIER**



**POUR GARDER LE FOCUS**



**UNE EXPÉRIENCE OPTIMALE !**



# POUR GARDER LE FOCUS

UNE EXPÉRIENCE OPTIMALE !

**AV** ALAIN VIGNEAULT  
CONFÉRENCIER

Les athlètes du monde entier se préparent au grand rendez-vous olympique qui aura lieu en 2010 à Vancouver. Après plusieurs années d'efforts et de sacrifices, ils mettront tout en œuvre afin d'atteindre un niveau de performance optimale pour cet événement grandiose. Seront-ils en mesure d'atteindre les cibles visées?

L'atteinte d'un but n'est pas que l'apanage des athlètes de haut niveau. Que ce soit au travail ou dans notre vie personnelle, nous nous fixons tous des objectifs que nous désirons atteindre. Et vous, quels sont vos olympiques? Quels sont vos rêves et qu'en faites-vous? Quelle cible désirez-vous atteindre et de quelle façon allez-vous y parvenir tout en gardant le plaisir?

La mise au « focus » vous permettra de garder les yeux sur la cible à atteindre et de vivre pleinement le moment présent. Pour réaliser vos objectifs, le « focus » est un état que vous devrez apprendre à maîtriser.

Cette conférence s'adresse à toute personne qui entretient des objectifs et qui est désireuse d'acquérir des outils afin d'en favoriser l'atteinte. Elle traite de sujets intéressants. Elle traite de sujets variés comme la passion, le plaisir, la motivation, le plan d'action, la motivation, les exercices de mise et de remise au « focus ».

Depuis 1988, Alain Vigneault intervient auprès de personnes qui vivent des difficultés à atteindre une cible. Que ce soit auprès de gens d'affaires, d'athlètes de haut niveau, ou encore auprès de personnes vivant des problèmes sociaux, il rappelle sans cesse l'importance d'apprendre à garder les yeux sur cette cible. Par son intervention, il a aidé de nombreuses personnes à atteindre leurs buts.

*“Espace prévu pour une phrase composée par Alain Vigneault, consultant. texte qui est présentement en rédaction.”*

Depuis 2000, sur la scène sportive, il contribue aux succès de nombreux athlètes et équipes tant sur les plans professionnel, amateur et universitaire. Il compte, entre autres, parmi sa clientèle, quatre équipes du Rouge & Or de l'Université Laval (dont l'équipe de football détenant quatre titres canadiens), Dave Kelly (golfeur professionnel), Gail Kelly (skieuse et membre de l'équipe olympique canadienne) et de nombreuses autres organisations de niveau Universitaires, collégiales ou professionnelles.

C'est avec plaisir, enthousiasme et passion qu'il partage l'expérience qu'il a acquise au cours de toutes ces années. Parce que la poursuite d'une cible passe nécessairement par la capacité d'atteindre le « focus », Alain Vigneault fournit des outils concrets qui vous permettront d'actualiser vos objectifs.