

Programme de formation

UC 6 Optimiser son équilibre physique et mental

- Entretenir et améliorer ses capacités physiques et sportives de cavalier en préservant sa santé
- Améliorer la conscience de son corps pour améliorer ses performances sportives
- Améliorer la conscience de ses pensées pour une meilleure prise de recul
- Connaître et mobiliser des outils de préparation mentale



CONTACTS

02 31 71 98 34
06 70 10 24 87

contact@bucephaleriderstraining.com



INSTITUT BUCÉPHALE EQUITATION
RCS CAEN 884913427 – NDA : 28140344214
LA VALLÉE - 14320 LAIZE-CLINCHAMPS