

**Certified Hypnotherapist, Certified NLP Practitioner and
Certified Master Coach -
Préparateur Mental Officiel pour les JO de Tokyo 21 et Paris 24**

Son premier langage est de transformer les convictions et perceptions et son second, celui de la création de nouvelles possibilités chez l'autre pour aller du Présent au Futur.

Il a été mandaté par le Comité Horizon Paris 24 pour accompagner les athlètes paralympiques et olympiques Mauriciens, Champions d'Afrique de Sprints, Haies, Judo, Boxe, Kayak, Foil kite, VTT et Sauts dans leur poursuite de l'excellence sportive.



il conduis aussi pour des entreprises des projets majeurs de transformation de culture d'entreprise, de motivation et d'engagement des employés, de gestion de changement, de développement personnel, de talent et de leadership.

**RICHARD
GOUREL DE
ST-PERN**



Force Mentale - Hypnose et Performance Sportive

Friday 3rd September
Conference Room #1
1:10pm to 2:10pm

Eliminer le stress négatif, l'anxiété, les peurs, les doutes, l'insomnie, les pensées limitantes, les expériences négatives et améliorer la concentration, le calme, l'entrée dans la Zone, le 2ème souffle, la motivation, l'assimilation des techniques, la gestion de la douleur, le retour à la forme après les blessures, la visualisation de succès etc est son beau terrain de jeu. Il anime aussi des formations de coaching mental auprès des entraîneurs de la CJSOI.



En utilisant le meilleur de l'hypnothérapie, du coaching comportemental et de la PNL, j'aide les athlètes à être dans les conditions les plus optimales mentalement et émotionnellement pour atteindre et dépasser leur performance sportive. J'aide aussi des centaines de clients, de 7 à 88 ans, à améliorer leur qualité de vie personnelle et professionnelle, et entreprendre des changements personnels qui produisent des résultats rapides et durables.