



## La Formation en Préparation Mentale de la FRMT Démarre à l'USCM

La Fédération Royale Marocaine de Tennis organise une session de formation spécialisée dans le coaching mental au tennis pour l'ossature de l'équipe nationale, qui a débuté aujourd'hui au club des cheminots (USCM).

Cette session de formation, animée par le préparateur mental Gilles TARAQUOIS, est destinée aux joueurs, leurs parents, ainsi que leurs coaches. L'objectif est de mettre en lumière l'importance capitale du mental dans la pratique du tennis et de fournir des outils pratiques pour renforcer cet aspect souvent sous-estimé du jeu.

Gilles TARAQUOIS, avec son expertise reconnue dans le domaine de la préparation mentale, guide les participants à travers un programme complet qui aborde les techniques de concentration, de gestion de la pression, de motivation et de résilience. Ces compétences sont essentielles pour aider les joueurs à atteindre leur plein potentiel, les coaches à mieux préparer les joueurs aux défis psychologiques de la discipline, et les parents à soutenir efficacement leurs enfants dans leur parcours compétitif.

La présence des parents est particulièrement valorisée dans cette formation, reconnaissant leur rôle influent dans le bien-être mental et la performance des athlètes. Les coaches, acteurs clés de la préparation des joueurs, bénéficieront également de techniques pour intégrer le coaching mental dans leur enseignement quotidien.

Nous adressons nos sincères remerciements au club USCM pour son hospitalité et son soutien dans l'organisation de cet événement éducatif de premier plan.



Contact

+212 37 66 00 20/21

[contact.frmt@gmail.com](mailto:contact.frmt@gmail.com)