

“ Ils ne savaient pas que c’était impossible, alors ils l’ont fait. ”

Mark Twain

Élodie Delaunay est préparatrice mentale et formatrice.

Préparatrice mentale accréditée par la Société Française de Psychologie du Sport (SFPS), elle est également praticienne en hypnose ericksonienne, titulaire d’un master STAPS obtenu à l’INSEP, et d’un Diplôme d’État de psychomotricité.

Elle intervient en préparation mentale collective et/ou individuelle auprès de fédérations, pôles, clubs, de sportifs de haut niveau et d’amateurs, d’artistes, et de professionnels. Elodie est également formatrice auprès des universités STAPS et d’autres organismes de formation. Son parcours lui a également permis de s’intéresser à la recherche en psychologie du sport. Elle a notamment reçu le prix jeune chercheur de la SFPS.

Sa force pour les bénéficiaires ?

Elodie travaille sur le développement des habiletés mentales et d’organisation (capacités de concentration, gestion du stress, compétences émotionnelles, leadership, planification, engagement...) pour la performance comme pour le bien-être. Croyant profondément en la capacité de chacun de trouver ses ressources pour se développer et se dépasser, Elodie accompagne et entraîne la personne à s’autonomiser, élargir sa zone de confort et se responsabiliser dans les efforts qu’elle produit pour avancer sur son chemin.

Elodie Delaunay est experte membre du collectif Mainpaces depuis 2021. Elle accompagne dans ce contexte nos clientes et clients fondateurs de start-ups, chefs d’entreprises, et cadres dirigeants.



**Elodie
Delaunay**

