

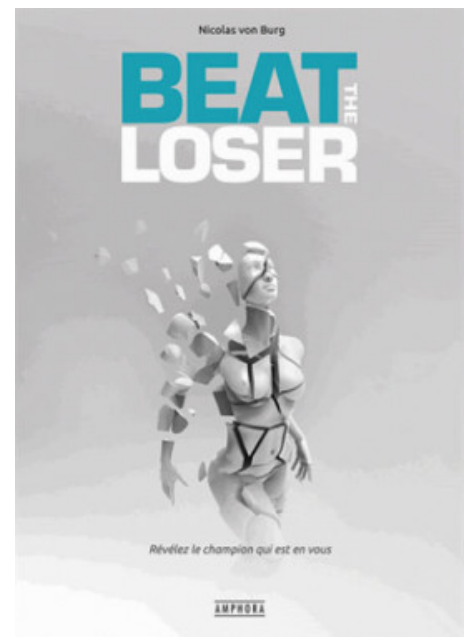
Médiathèque: Beat the loser: Révélez le champion qui est en vous

Pourquoi «Beat the Loser?»: parce qu'il est plus intéressant de «battre le perdant» qui est en nous avant d'espérer vaincre qui que ce soit en compétition.

Parce que, dans le sport comme dans la vie, vos principaux adversaires se trouvent à l'intérieur de vous plutôt qu'à l'extérieur. Parce que l'objectif consiste principalement à aller affronter ses propres démons et ses croyances, à dépasser tout ce qui nous empêche d'être performant et nous retient d'être heureux.

Dans cet ouvrage très accessible, Nicolas von Burg vous propose de faire un voyage au bout de vous-même, une rencontre avec la personne que vous êtes vraiment.

Vous repenserez les notions de résultat et de performance ainsi que leurs influences positives ou négatives sur votre comportement. Vous découvrirez comment développer une intelligence à toute épreuve dans la victoire comme dans l'échec. «Beat the Loser» et devenez le champion qui est en vous!



Prêt d'ouvrage

[von Burg, N. \(2015\). Beat the loser – Révélez le champion qui est en vous.](#)

[Paris: Amphora.](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO