

Pour une Performance Optimisée et plus Responsable

des personnes et de votre organisation

Les méthodes et outils du Sport de Haut-Niveau au service des individus et des entreprises

Testing, bilan, conseils, accompagnement, suivi individualisés et adaptés, réalisés par des professionnels

Le constat



Si un collectif est bien plus que la simple somme des individualités qui le composent,

la réelle prise en compte et connaissance de ces dernières permet un dépassement et une optimisation à la fois des personnes et de l'organisation.

L'individu et le collectif se retrouvent alors pour un épanouissement commun et réciproque.

La plus-value



Améliorer vos performances de manière durable Devenir l'entreprise de demain

Par une meilleure connaissance de soi et de ses collaborateurs/trices



Pour une **meilleure utilisation des énergies** et une réelle efficience Pour une **organisation plus efficace** et une complémentarité effective des équipes



Vers un management adapté et bienveillant

Les moyens, les étapes



Une approche, une méthode et un protocole innovants et éprouvés au plus haut niveau

Nous vous proposons, ainsi qu'à votre équipe,

un testing personnalisé complet

issu des recherches scientifiques du sport de haut niveau mais adapté à tous-tes

Vous bénéficierez alors :

de fiches individuelles bilan présentant votre profil comprenant vos forces et vos points de vigilance,

et de conseils personnalisés et adaptés dans au moins 4 domaines d'expertise

Vous pourrez alors solliciter possiblement

un accompagnement et un suivi individualisé/de groupe sur site ou à distance

Les réponses, les outils



Identification des caractéristiques de votre profil pour des solutions spécifiques dans plusieurs domaines, en respectant et optimisant votre potentiel

Mental/Motivations

- Données spécifiques sur votre profil mental (valeurs)
- Listing des agents stressants
- Réactions comportementales en fonction de votre niveau de stress
- Stratégies pour sortir du stress

Physique

- Information sur votre profil moteur
- Schéma avec vos points forts et vos points de vigilance sur le plan physique

Neuronal

- Informations sur votre neurotransmetteur préférentiel
- Listing des symptômes si vous êtes carencé-e

Holistique/Symbiotique

Ondes vibratoires et lumineuses favorisant l'efficacité de votre neurotransmetteur préférentiel

Concentration et rendement

- Des exercices directement en lien avec le profil pour améliorer vos performances
- Concentration sur les forces et l'économie des énergies
- Respiration
- Imagerie mentale

Prévention TMS

- Des exercices directement liés au profil pour prévenir les blessures et améliorer le bien-être
- Renforcement/Mobilité/Etirements
- Adaptation au poste de travail
- Conseils pour une pratique sportive individualisée

Stimulation des flux

- Conseils alimentation par rapport à votre neurotransmetteur préférentiel
- 3 Journées types pour rebooster votre neurotransmetteur

Équilibre/Àpaisement

- Liens vers vidéos, pistes audio
- Applications disponibles pour travailler sur vos ondes vibratoires préférentielles

Les formules de « Testing »



Testing Neurotypologie

Durée séance : 1h

Rendu : fiche individualisée + conseils personnalisés

Tarifs:

• 80 euros (individuel)

sur devis (sportifs haut-niveau et groupes)

Cabinet Bordeaux, lieu de travail ou domicile

ESSENTIELLE

Pour une première connaissance de soi

Testing Neurotypologie + bilan Kiné/Ostéo

Durée: 2h

Rendu: fiche individualisée + conseils personnalisés

Tarifs:

• 120 euros (individuel)

• sur devis (sportifs haut-niveau et groupes)

Cabinet Bordeaux ou lieu de travail

OPTIMALE

Pour une connaissance de soi approfondie

Testing Neurotypologie + bilan Kiné/Ostéo + Soins

Durée: 3h

Rendu: fiche individualisée + conseils personnalisés

Tarifs:

• 200 euros (individuel)

• sur devis (sportifs haut-niveau et groupes)

Cabinet Bordeaux ou lieu de travail

QUINTESSENCE

Pour une connaissance de soi précise et de premiers soins

Nos experts et praticiens, Vos spécialistes et conseillers



Testing et bilan



Préparateur physique et mental haut-niveau Spécialiste en Neurotypologie

BEF Football Ex-Préparateur Physique/Mental Sélection de Football des Comores Consultant préparation physique Fédération Française de Football (FFF)

Master STAPS Expert en Préparation Physique et Mentale Licence STAPS Activité Physique Adaptée à la santé Licence STAPS Entraînement sportif Reiki 1er degré



Kinésithérapeute - Ostéopathe Spécialisation Sport et Traumatologie

D.E. de masso-kinésithérapie Diplôme d'ostéopathie Pratique ostéo-articulaire et thérapie manuelle Formation méthode C.G.E (concept global de l'épaule) Formation TECAR thérapie et ondes de chocs

Suivi et accompagnement (sur demande)

Renseignements et contacts



Sylvain ZAGO

Responsable Clientèle, Services et Produits Performance Responsable

Port.: +33 (0)6 44 09 50 18 E-mail: sylvain.zago@cialfi.com

Mathieu LARROUTUROU

Responsable Testing

Port.: +33 (0)6 24 93 27 34 E-mail: mathieu.larrouturou@cialfi.com