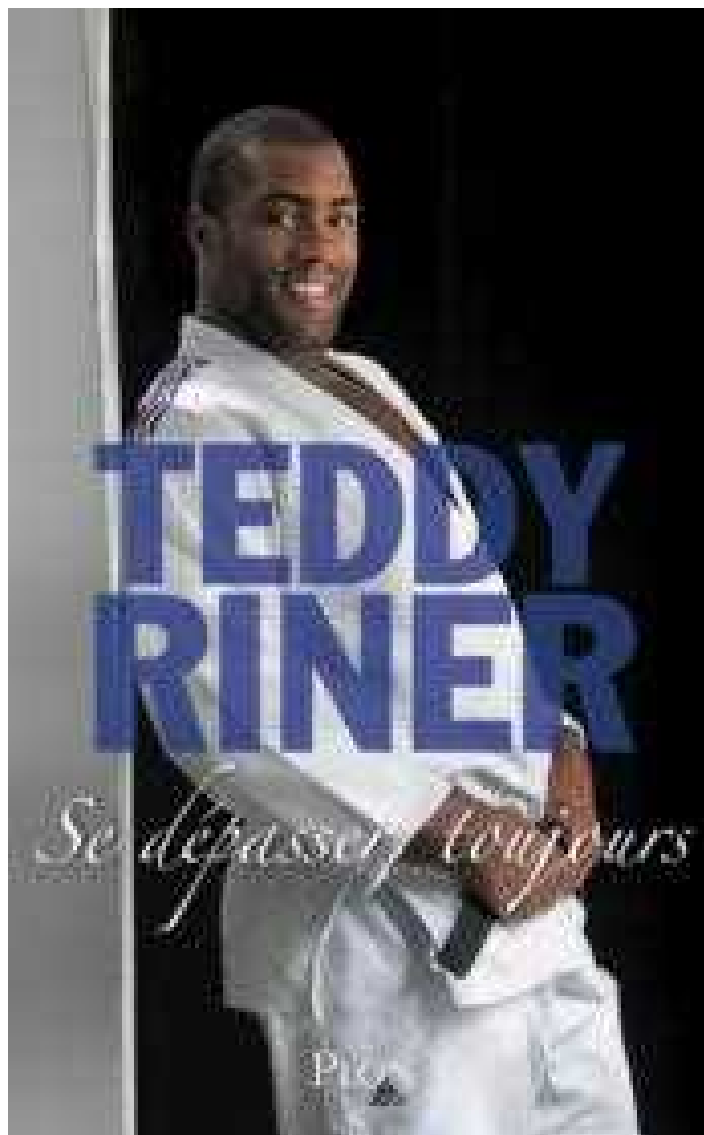


Se dépasser, toujours PDF

Riner, Teddy



Ceci est juste un extrait du livre de Se dépasser, toujours. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



DOWNLOAD PDF

Auteur: Riner, Teddy
ISBN-10: 9782259218511
Langue: Français
Taille du fichier: 4015 KB

LA DESCRIPTION

" " Tu sais, le judo est une sorte de danse pour les costauds. alors bouge, petit ! Danse ! " En plus d'être de bon conseil, mon entraîneur sait comment me faire aimer le judo : c'est un sport qui demande technique et discipline mais qui, me répète-t-il, permet de prendre beaucoup de plaisir. Et moi, je carbure au plaisir. En compétition et à l'entraînement, le plaisir n'est pas tout à fait le même, mais dans les deux cas, il est énorme. Mes parents et lui sont donc sur la même longueur d'ondes ; ils ont compris comment je fonctionnais et, pendant dix ans, tous les trois vont me mettre dans l'état d'esprit qui me convient, en me répétant avant chaque compétition, non pas : " Va gagner ! " mais " Allez, amuse-toi ! Joue ! " C'est une façon non pas de présenter le judo comme quelque chose de facile, mais de m'apprendre à ne pas être crispé, à me libérer pour faire ce que je veux sur le tapis. Aucun d'eux ne m'a mis la pression trop tôt en me disant : " Tu seras champion ! " Et heureusement... Lire la suite, parce qu'on est mille fois meilleur dans le jeu que dans la contrainte ". Seul judoka à avoir remporté cinq titres de champion du monde, Teddy Riner a déjà marqué, à vingt-trois ans, l'histoire du judo. Comment un gamin débordant d'énergie et de joie de vivre, blagueur et immense, devient-il un champion ? C'est ce que raconte Teddy, de façon très libre. Enfance, années de sport-études, victoires et échecs, entourage et notoriété : il nous dit tout de ce qui fait sa force et le motive. Un récit captivant, drôle et émouvant.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Se dépasser, toujours, Teddy Riner, Plon. Des milliers de livres avec la livraison chez vous en 1 jour ou en magasin avec -5% de réduction ou téléchargez la ...

« Tu sais, le judo est une sorte de danse pour les costauds... alors bouge, petit ! Danse ! » En plus d'être de bon conseil, mon entraîneur sait comment me ...

Se dépasser : définition, synonymes, citations, traduction dans le dictionnaire de la langue française.
Définition : Se surpasser, réussir quelque...

SE DÉPASSER, TOUJOURS

[Lire la suite...](#)