

2 SEPTEMBRE 2024 - 12H00



PILOTE

LEADER



LE PARATRIATHLON





LA POSTURE ADAPTÉE

**ÊTRE UN REPÈRE
DANS L'INCERTITUDE**



OBJECTIF COMMUN



TOTALEMENT
TOURNÉE
VERS L'AUTRE

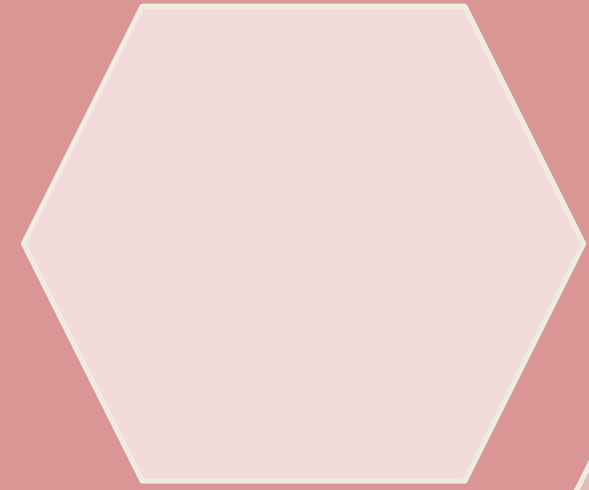


**COMMENT
FAIRE**



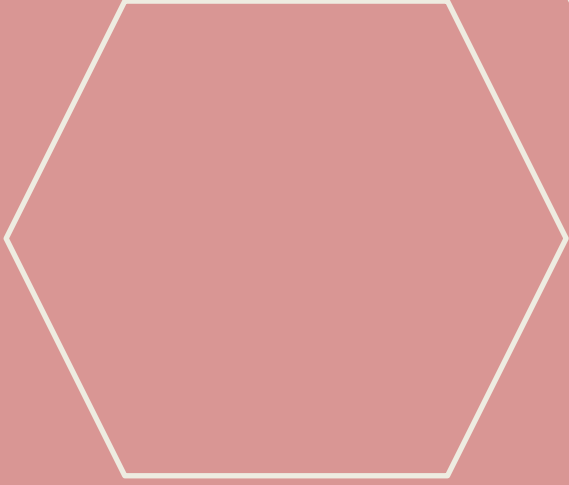
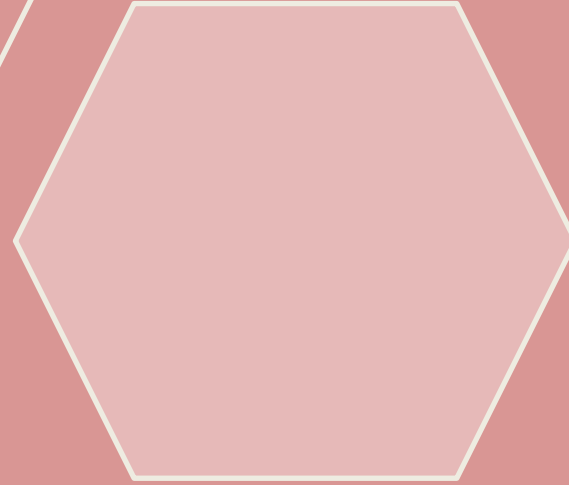
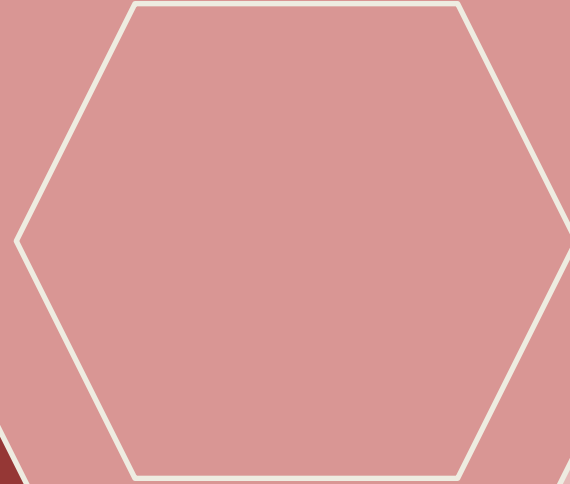
**SANS
S'OUBLIER ?**





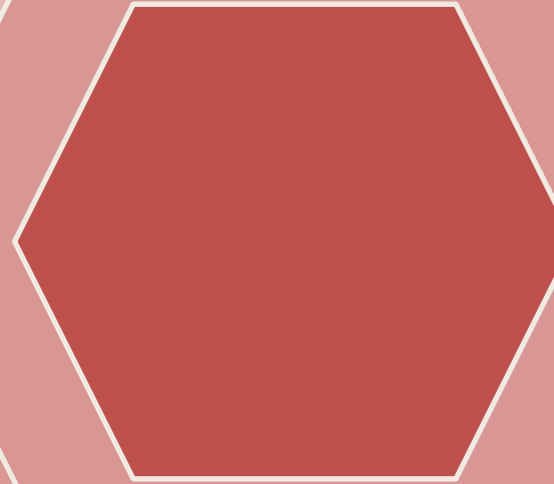
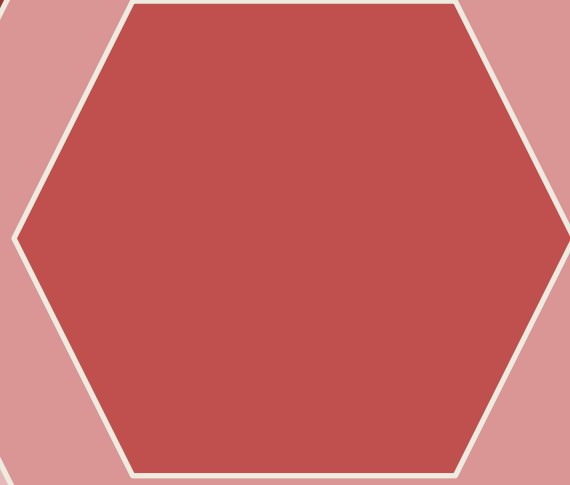
PRENDRE
SOIN DE SOI

POSTURE
D'EMPATHIE

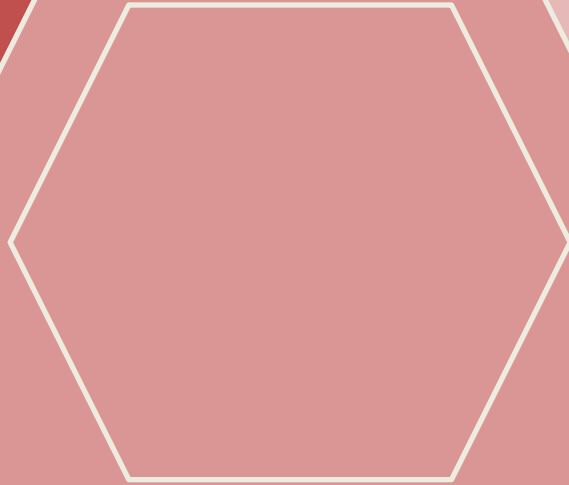


POSER SES
LIMITES

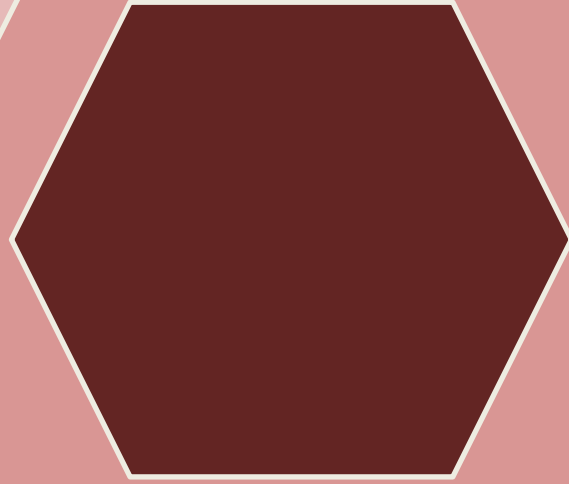
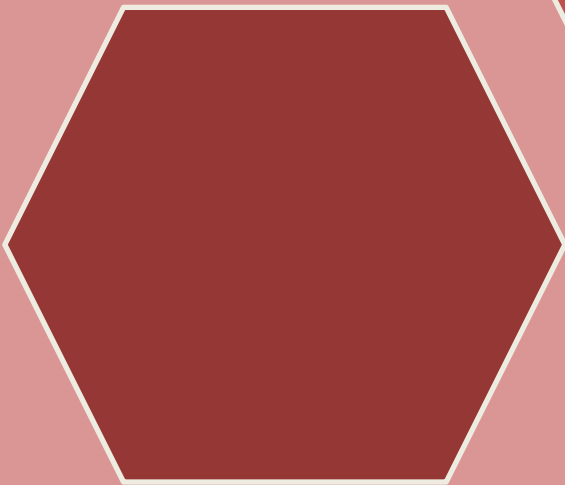
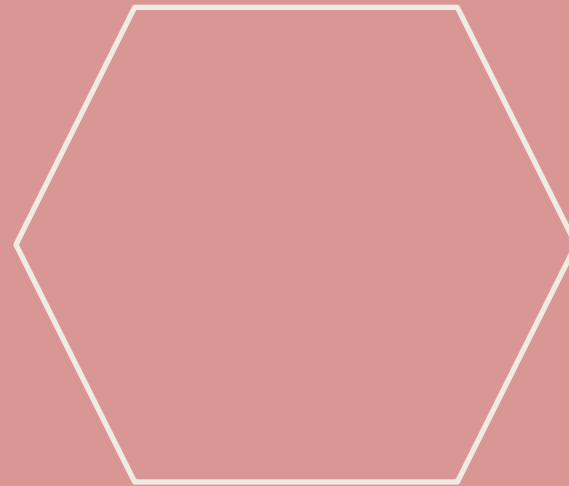
ADAPTER
SON
RYTHME



ECOUTER,
COMPRENDRE

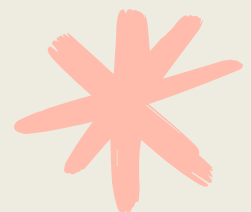


CONNAITRE
SES BESOINS



**« Aider, c'est aussi savoir 
s'inclure dans le soin ou la
performance.**

**On ne peut pas guider
durablement si l'on s'est
perdu en chemin. »**



ADAPTER SON RYTHME À CELUI DE L'AUTRE



Merci pour votre écoute

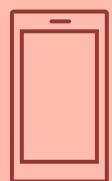
Julie MARANO

Guide en Paratriathlon

Masseur kinésithérapeute DE
Spécialisée en Kiné du Sport



julie.marano.kine@gmail.com



+ 33 6 88 00 77 48

