

LES 10 JE *by*

10 RÉFLEXES SIMPLES

Le **c.o.d.e.**
du sportif sain

1

JE
reste
vigilant face aux
produits que l'on
me propose

2

Je
fais confiance
en mes capacités
naturelles

3

Je
prone
des valeurs
identiques dans
ma vie et dans
mon sport

4

Je
m'éclate
dans mon
sport

5

J'adopte
un mode de
consommation
sain

6

J'ai
le droit au doute,
à la défaillance

7

Je
m'entoure
de gens de
confiance

8

Je
suis
conscient de mes
limites

9

Je
travaille
mon mental
autant que mon
physique

10

J'ai
la c.o.d.e.
attitude !

Une réalisation

en partenariat avec

collectionlecode.fr