Depuis le temps que je le commence, le continue, l'arrête, le reprend etc...voici en téléchargement gratuit l'intro de l'ouvrage sur un theme qui me tient à coeur:
**LE MENTAL**
*Pouvoir de l'esprit ! Aux frontières*
*de l'extrême - Secrets d'athlète*

[cliquez sur l'image ou sur ce lien pour telecharger la version pdf](#)

