

AU MENTAL®

NOS SERVICES

Forgez un mental de champion. Progressez, surmontez les échecs et révélez votre plein potentiel avec AU MENTAL®.

@aumental.be

CONSTRUIRE DES CHAMPIONS

NOS EXPERTS



“Psychologue diplômé, adepte des sports de combat, et ancien joueur de foot avec 15 ans de pratique, je combine science, terrain et coaching pour vous aider à renforcer votre mental et à atteindre vos objectifs.”

Joël Odi
Licencié en Psychologie



“Psychologue clinicienne spécialisée dans l'enfance et l'adolescence, j'accompagne les jeunes athlètes à mieux comprendre leurs émotions, développer leur confiance et surmonter leurs défis.”

Emiram Joseph
Psychologue clinicienne



“Ancien footballeur pro, j'ai vécu la lumière, mais aussi les épreuves du sport de haut niveau. Aujourd'hui, j'utilise cette expérience pour accompagner avec authenticité ceux qui veulent repousser leurs limites.”

Andy Kawaya
Coach mental

NOS SERVICES

ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ

PREMIUM 6 724€ / mois
PREMIUM 12 675€ / mois

- 2 séances par mois
- Évaluation et rapport psychologique complets
- Programme sur-mesure
- Système de suivi informatique inclus
- 1 Rapport de progression mensuel
- Neurotracker inclus

Inclus : techniques de coaching mental, workshops et outils personnalisés, élaboration et suivi d'objectifs, analyse de performance si nécessaire

ELITE 6 1224€ / mois
ELITE 12 1175€ / mois

- 4 séances par mois
- Évaluation et rapport psychologique complets
- Programme sur-mesure
- Système de suivi informatique inclus
- 1 Rapport de progression mensuel
- Neurotracker inclus

Inclus : techniques de coaching mental, workshops et outils personnalisés, élaboration et suivi d'objectifs, analyse de performance si nécessaire

NOS SERVICES

SÉANCES DE COACHING MENTAL ET SUIVI PSYCHOLOGIQUE

SÉANCE À LA DEMANDE 125€

- Séances de 75 minutes*
- Présentiel ou visio
- Techniques de coaching mental
- Suivi psychologique
- Planification et suivi d'objectifs
- Exercices pratiques
- Workshops et outils

*La durée des séances est flexible et n'a aucun impact sur le prix.

PACK ONE a.p.d 120€ / mois

Uniquement pour les -13 ans

- 12 séances
- Séances de 75 minutes*
- Présentiel ou visio
- Techniques de coaching mental
- Suivi psychologique
- Planification et suivi d'objectifs
- Exercices pratiques
- Workshops et outils

*La durée des séances est flexible et n'a aucun impact sur le prix.

PACK 12 a.p.d 239€ / mois

PACK 24 a.p.d 225€ / mois

PACK 48 a.p.d 200€ / mois

- À partir de 2 séances mensuelles
- Séances de 75 minutes*
- Présentiel ou visio
- Techniques de coaching mental
- Suivi psychologique
- Planification et suivi d'objectifs
- Exercices pratiques
- Workshops et outils

*La durée des séances est flexible et n'a aucun impact sur le prix.

Remarque : Un supplément de 29 €/séance est appliqué aux séances du week-end.

NOS SERVICES

SERVICES À LA DEMANDE

SUIVI INFORMATIQUE

49€ / MOIS

- Questionnaire Wellness
- Formulaire post-performance
- Journal émotionnel de l'athlète
- Rapport mensuel de progression
- Analyse de données et statistiques
- Base de données d'outils et exercices pratiques

NEUROTRACKER X

99€ / MOIS

- Séances d'entraînement cognitif personnalisées
- Développement de la concentration, de la mémoire et de la prise de décision
- Suivi des performances cognitives en temps réel
- Rapports mensuels d'évolution et d'analyse
- Accès à la plateforme NeuroTracker en ligne
- Utilisation illimitée

ANALYSE DE PERFORMANCE

375€

- Observation en temps réel
- Analyse vidéo avec l'athlète
- Identification des atouts et zones potentielles d'amélioration
- Recommandations
- Rapport écrit remis à l'athlète

ÉVALUATION ET RAPPORT *

1250€

- Anamnèse
- Tests psychologiques
- Analyse de performance en temps réel et vidéo
- Identification des atouts et zones potentielles d'amélioration
- Recommandations de pistes, outils et exercices
- Création d'un rapport complet d'évaluation certifié AU MENTAL®

Le coût de l'Évaluation et Rapport est réparti sur la durée totale du contrat. Le montant obtenu est ensuite ajouté au prix mensuel du pack choisi.

Exemple : Pack 24 (12 mois) → 225€ / mois & Évaluation et Rapport : 1 250€ ÷ 12 mois = 104,17€ / mois

Total = 225€ + 104,17€ = 329,17€ / mois

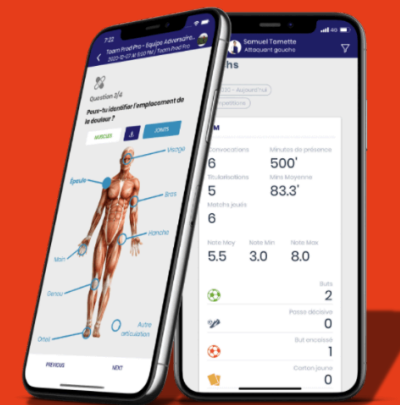


SOLUTION DIGITALE

Afin d'aider les athlètes à atteindre **leur propre sommet**, AU MENTAL® centralise les données sportives et mentales dans le but de mettre en lumière leurs **atouts** et leurs **points d'amélioration**. Cette solution permet également d'identifier les signes précurseurs qui augmentent ou diminuent la motivation de nos (futurs) champions.

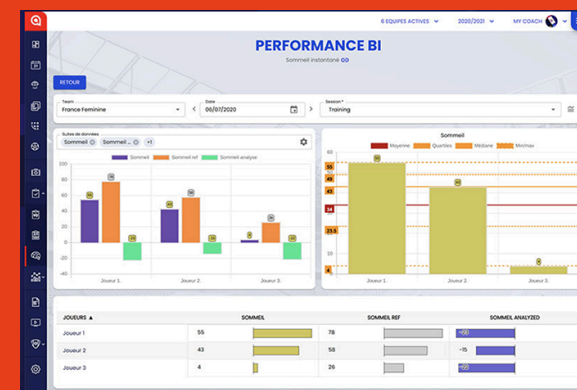
SUIVI ET ORGANISATION

L'application mobile dédiée aux athlètes leur offre un accès complet et **personnalisé** à leur planning des séances, exercices de coaching mental et rapports de performance. Cette application permet une meilleure **analyse de progression** et une **approche plus humaine**.



ANALYSE ET OPTIMISATION

L'approche AU MENTAL® repose sur la récolte, la centralisation et l'**analyse des données** brutes afin de mieux comprendre les aspects psychologiques influençant la performance de chaque athlète.





ENTRAÎNEMENT COGNITIF

Le NeuroTracker permet de stimuler et d'améliorer des **capacités essentielles à la performance sportive** : concentration, mémoire de travail, traitement visuel et prise de décision rapide. Chaque séance est conçue pour pousser l'athlète à **dépasser ses limites mentales**.

SUIVI ET ÉVOLUTION

Grâce à un suivi précis des résultats, AU MENTAL® mesure l'impact des séances sur les **performances cognitives**. Les rapports réguliers permettent d'identifier les points forts et les axes d'amélioration de manière objective et **mesurable**.



APPLICATION AU TERRAIN

Les compétences développées via le NeuroTracker se transfèrent **directement sur le terrain**, en améliorant la capacité à rester lucide, à anticiper les actions et à réagir efficacement dans des environnements complexes et sous pression.

CONTACTEZ-NOUS!



Joël Odi

+32 486 16 56 88

joelodi@aumental.be



Andy Kaway

+32 470 01 09 15

andykaway@aumental.be



Emiram Joseph

+32 483 29 36 96

emiram.joseph@aumental.be

**Lancez-vous avec AU MENTAL® dès aujourd'hui.
Une approche simple et efficace.**