

Pour tout savoir

Edition. «Les secrets du tir au but», de Christian Ramos

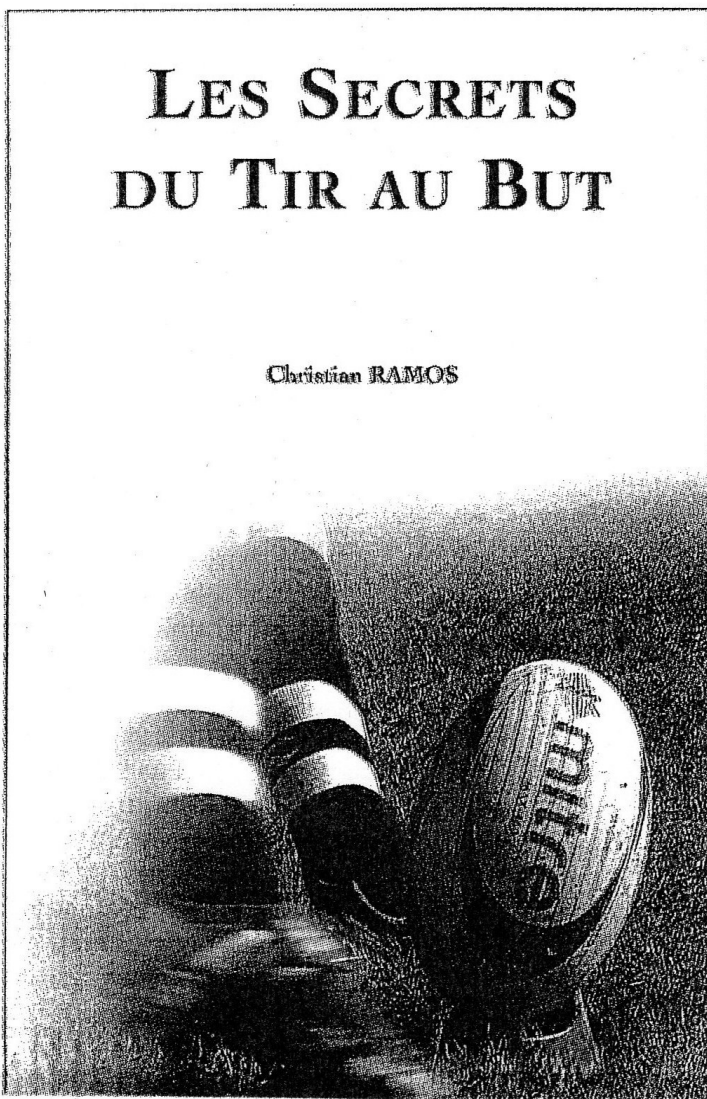
Les statistiques le prouvent, même si dans un pays comme le nôtre les créateurs et autres finisseurs ont davantage les faveurs de l'aficionado, le buteur pèse d'une importance incommensurable, pour ne pas dire déterminante, dans les résultats de l'équipe.

Mieux, dans le championnat de Pro D2, il est celui vers lequel tous les clubs portent en premier lieu leur regard, à l'heure du recrutement.

Si jusque-là, la majorité des ouvrages nous ont entretenus de tout ce qui a trait aux différents aspects de ce sport, ceux qui traitent l'exercice du tir au but ne sont pas légion.

Pour cette raison, l'oeuvre de Christian Ramos « les secrets du tir au but » est à découvrir. Cet Ariégeois d'origine compte quinze ans d'expérience en psychologie du sport.

Ancien joueur de Graulhet, il dirige l'École de la Performance tout en dispensant ses qualités ailleurs, puisqu'il assure parallèlement le suivi des équipes nationales de bowling et de voltige aérienne... tout en intervenant



«Les secrets du tir au but» : un ouvrage qu'il fait bon découvrir.

chaque semaine dans les clubs de rugby de Castres et Colomiers.

Au travers de l'oeuvre qu'il nous propose, l'auteur donne les clés d'une performance qui doit beaucoup à la gestion de chacun, ainsi qu'à l'appréhension de l'environnement.

Les témoignages de ce qui se fait de mieux en la matière (Lamaison, Labit, Teulet, Mazas...) constituent un poids considérable, d'autant que leurs approches parfois différentes s'avèrent fort instructives.

Mais pour vous informer au mieux de ce que supporte l'idée de ce livre, nous vous livrons ces quelques lignes :

«Pour influencer son état interne, il convient que le buteur s'accorde le temps de découvrir les grands principes du tir au but associés au fonctionnement des paramètres corporels et mentaux.»

La préface est de Pierre Villepreux, ce qui nous en dit assez sur la crédibilité de cet ouvrage remarquable.

G. G.

- Aux éditions «Mental Plus»