



**QUADERN TÈCNIC
de
TENNIS DE TAULA**

**L'ESTAT MENTAL
A LA COMPETICIÓ I
A L'ENTRENAMENT**

Autor: Gérard Le Roy
Formador d'Entrenadors
Professor d'Esport al Creps de Mâcon (França)
Director Tècnic Nacional de Catalunya de 1987 a 1992

Traducció: Joan Arnau
Escola Catalana d'Entrenadors
Federació Catalana de Tennis de Taula

Barcelona, agost de 2004