



**CUADERNO TÉCNICO  
de  
TENIS DE MESA**

**EL ESTADO MENTAL  
EN LA COMPETICIÓN Y EN EL  
ENTRENAMIENTO**

**Autor: Gérard Le Roy**  
Formador de Entrenadores  
Diciembre 1991

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

**Barcelona, agosto de 2004**