

Repensez aux 10 plus belles choses que vous avez faite ou accompli au courant de la saison et écrivez-les ici :

	<b>Le TOP 10 de mes meilleurs moments de la saison</b>
<b>1</b>	
<b>2</b>	
<b>3</b>	
<b>4</b>	
<b>5</b>	
<b>6</b>	
<b>7</b>	
<b>8</b>	
<b>9</b>	
<b>10</b>	

Sur cette feuille, assurez-vous qu'il ne s'y retrouve que du succès, du positif. Lorsque vous débutez les séries éliminatoires, prenez la peine de revisiter cette liste. Le jour de vos parties (à la maison et même dans le vestiaire), sortez votre feuille et visualisez ces moments en écoutant votre musique préférée. Ça vous permettra d'entrer plus facilement dans le «mode confiance» et d'arriver dans votre partie avec le bon état d'esprit.

