

Communiqué de Presse

Pour Diffusion Immédiate

Mathilde Declercq : transformer la peur en puissance, sur le ring comme dans la vie

À Villemoisson-sur-Orge, une nouvelle génération de coaching mental émerge.

À la croisée du sport, de l'humain et de l'énergétique, **Mathilde Declercq**, préparatrice mentale formée à l'hypnose et au magnétisme, accompagne celles et ceux pour qui le combat dépasse largement les cordes du ring.

Quand le mental devient la clé de la performance

Ancienne sportive passionnée et professionnelle du monde audiovisuel, Mathilde connaît bien la pression, la peur de l'échec et la nécessité de se surpasser.

Son expérience, marquée par des épreuves personnelles et sportives, lui a appris une vérité fondamentale : **le plus grand adversaire n'est jamais en face de soi, mais dans sa tête.**



Aujourd'hui, elle aide les **combattantes et combattants** – boxe, MMA, kickboxing, jiu-jitsu... – à retrouver un mental solide, lucide et durable.

Parce que, dans le feu de l'action, la différence entre la victoire et la défaite se joue souvent avant même le premier coup.

Une approche unique : préparation mentale, hypnose et magnétisme

Loin des discours théoriques, Mathilde propose un **camp d'entraînement intérieur** complet.

Ses accompagnements allient des outils concrets de préparation mentale (respiration, visualisation, langage intérieur), des séances d'hypnose pour lever les blocages inconscients, et un travail énergétique pour rééquilibrer le corps et apaiser l'esprit.

Cette approche innovante s'adresse aussi bien aux sportifs de haut niveau qu'à toute personne confrontée à la pression, au stress ou au doute — que ce soit dans le sport, l'entreprise ou la vie quotidienne.

Son objectif : transformer la peur en puissance, sans renier qui l'on est.

Des bénéfices concrets pour les particuliers et les entreprises

Pour les sportifs :

- Retrouver confiance et sérénité avant un combat ou une compétition.
- Gérer la pression et canaliser l'énergie de la peur.
- Développer une concentration et une résilience durables.

Pour les entreprises :

- Renforcer la cohésion d'équipe et la gestion du stress.
- Prévenir le burn-out et améliorer la clarté mentale.
- Stimuler la performance individuelle et collective grâce à une meilleure maîtrise émotionnelle.

Parce qu'au fond, qu'il s'agisse de monter sur un ring ou de prendre la parole en réunion, **la victoire commence toujours à l'intérieur.**

Un accompagnement ancré dans la réalité et la bienveillance

Ce qui distingue Mathilde, c'est sa capacité à **parler le langage des combattants** tout en offrant un espace d'écoute authentique et sans jugement.



Chaque séance est une rencontre humaine, où la technique se mêle à l'émotion, et où la performance se reconstruit sur des bases solides : la conscience de soi, l'équilibre et la confiance.

Contact presse:

Mathilde Declercq E.I.

Préparatrice mentale – Hypnose – Magnétisme

40 avenue d'Épinay, 91360 Villemoisson-sur-Orge

Téléphone : 06 08 01 17 85

Site web : www.mathildedeclercq.com

Email : md@mathildedeclercq.com

Fin du Communiqué