

« La confiance se gagne » : le deuxième épisode de la websérie « Beyond the visible » est en ligne.

- « La confiance se gagne », titre du deuxième épisode de la série documentaire Alfa Romeo « Beyond the visible¹ », qui donne à voir les coulisses de l'Alfa Romeo F1 Team ORLEN, est en ligne.
- Sous les projecteurs de ce nouvel épisode, la préparation psychologique et physique des pilotes, leur entraînement motivationnel, élément essentiel pour des performances au plus haut niveau.
- Conçu pour divertir ceux qui ne sont pas nécessairement des experts de la Formule 1, le nouvel épisode est maintenant disponible sur les réseaux sociaux officiels d'Alfa Romeo et sur sa chaîne [YouTube](#).



Beyond the visible, ép. 2 – « La confiance se gagne »

Le deuxième épisode de la websérie « Beyond the Visible », qui raconte l'histoire des coulisses, et au-delà, de l'Alfa Romeo F1 Team ORLEN, est désormais en ligne. Cinq épisodes qui révèlent le quotidien, fait d'adrénaline et de défis, des quelques 500 membres de l'équipe impliquée dans la compétition de sport automobile la plus regardée au monde.

Le deuxième épisode, intitulé « La confiance se gagne », met en lumière l'intensité et la concentration avec lesquelles les deux pilotes Valtteri BOTTAS et Zhou GUANYU se préparent mentalement et physiquement pour la saison. Une préparation faite de séances d'entraînement intensives, d'une préparation psychologique poussée, de tests physiques

¹ « Au-delà du visible »





PRESS RELEASE

érintants et de tests techniques dédiés qui simulent la réalité de la piste. Dans les semaines qui précèdent une course, la motivation, la passion et la concentration deviennent la clé ouvrant la voie à un seul objectif : atteindre l'excellence dans la performance.

C'est la raison pour laquelle différents professionnels travaillent chaque jour aux côtés des pilotes, du coach sportif, du physiothérapeute et du psychologue. La préparation mentale des pilotes est fondamentale pour affronter 23 courses sans perdre lucidité et concentration. Tout aussi importante est la préparation physique. Les pilotes sont appelés à partager leur temps entre de longues séances de gymnastique et des sessions dédiées, au simulateur. La force et l'endurance deviennent cruciales, mais sans jamais alourdir l'athlète ; en Formule 1, un gramme fait toute la différence. L'entraînement est spécifique à la relation homme-machine ; les plus petits détails deviennent cruciaux, comme le travail intensif des muscles du cou.

De nombreux facteurs influent également sur les performances des pilotes : les longs trajets vers les circuits du monde entier, le décalage horaire, le stress des jours de course. Les relations interpersonnelles qui se créent au sein de l'équipe deviennent également une énergie qui pousse à s'améliorer continuellement et à maintenir la motivation au maximum.

Dans ce deuxième épisode, le grand public aura ainsi l'occasion de découvrir et de ressentir l'univers chargé d'adrénaline des pilotes de l'Alfa Romeo F1 Team ORLEN. « La confiance se gagne » est diffusé sur les réseaux sociaux officiels d'Alfa Romeo et sur sa chaîne YouTube. Restez à l'écoute pour ne rien manquer des prochains épisodes !

Poissy, le 25 octobre 2022

