

COACH SPORTIF PERSONNEL

9600€ TTC / 120 h

DESCRIPTIF DE LA FORMATION Coach personnel

La formation a été créée par deux professionnels du secteur de la forme et du bien-être.

Ils ont évolué durant les 15 dernières années dans des structures haut de gamme. Ils ont coaché les clients les plus exigeants du milieu (sportifs de haut niveaux, célébrités, handi...) en France et à l'étranger.

OBJECTIFS GENERAUX :

- Répondre aux attentes des personnes désirant devenir coach et qui souhaitent vivre de ce métier
- Acquérir les techniques et outils pour démarrer et pérenniser son activité
- Mettre en place un plan d'actions complet

- **PUBLIC VISÉ ET PROFIL STAGIAIRE :**

Cette formation nécessite un profil sportif

PROGRAMME ET OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

Préparation mentale

Une intégration des bases essentielles en PNL, ennéagramme, approche solution, analyse transactionnelle, CNV, systémie... (**Clément**)

Encadrer tout public dans tout lieu et toute structure

(Spécialité sportif de Haut niveau, clientèle exigeante luxe) **Clément et Benoit**

Sécurité Techniques de l'enseignement :

Etre capable de maîtriser les techniques des activités de la forme « sur plateau » (**Benoit**)

Une connaissance et des pratiques approfondies sur la posture de coach (**Benoit**),

Concevoir et mettre en place une séance, un cycle d'animation ou d'apprentissage dans le champ des activités de la forme (**Benoit**)

Participer au fonctionnement de la structure management, de financement ou de gestion d'un budget de préparation, de communication, de marketing (**Clément – Benoit**)

Enseignement Pédagogie :

Etre capable d'encadrer une personne ou un groupe (**Clément Benoit**)

Informatique et support de travail :

Maîtriser les outils ou techniques des activités. **(Clément et Benoit)**

Langue étrangère :

Enseignement de langage spécifique en anglais **(Clément)**

Nutrition sportive :

Les bases de l'équilibre alimentaire, prévention santé **(Clément)**

Planification d'entraînement :

Préparation physique d'un athlète ou d'une équipe. (Gestion de l'effort, place de la récupération, situation adaptées aux contraintes externes, nutrition, sommeil) **(Benoit)**

Gestion du stress et Motivation :

Les facteurs de réussite
(Clément et Benoit)

Commercial :

Cibler sa clientèle, Créer son profil, Communiquer (événement, réseaux sociaux,)
« Savoir se vendre » **(Clément)**

La communication verbale et non verbale :

Relation avec ses clients et le savoir être **(Clément et Benoit)**

Coaching d'affaires:

Insertion dans le milieu professionnel (les différentes approches, les différentes structures...) **(Clément et Benoit)**

Projet Professionnel :

Mettre en œuvre un projet d'animation s'inscrivant dans le projet de la structure **(Clément)**



Nos conseils pour réussir cette certification

Nous encourageons tous les stagiaires à organiser entre eux, en fonction de leurs disponibilités et de leurs régions, des réunions d'échanges de pratiques et de révision afin d'intégrer pleinement tous les concepts et méthodes vécus en formation.

L'expérience montre que des rencontres en plus des sessions de formations permettent l'intégration optimale de toutes les notions traitées en théories et en pratiques lors des modules.

Chaque stagiaire bénéficie d'un support formation très détaillé qui permet hors module formation de pleinement réviser et intégrer la richesse de ce parcours de coach.

Nous invitons également les stagiaires à organiser des co-coaching entre eux afin de mettre en pratique les processus vécus en formation.

Chaque élève-coach se voit donc comme déjà co-créateur de la formation ce qui est déjà la posture de co-élaboration attendue en individuel ou en collectif avec son client.

N'hésitez pas à contacter les intervenants qui vous offriront un accompagnement personnalisé. Concernant vos projets : **Clément**

Organiser des réunions de groupe de pairs entre les sessions.

Effectuer 10 coachings individuels minimum au cours de la formation et rédiger un rapport sur 3 accompagnements en définissant sa stratégie de développement.

CARACTERISTIQUES TECHNIQUES

QUALITE DES INTERVENANTS :

Fitness Manager et Personal Trainer Expert

METHODES PEDAGOGIQUES :

Inductive et objective

Ateliers de mise en pratique, de conception et de formalisation

DUREE : 120 h sur 10 semaines

PÉRIODICITÉ : Octobre - février - avril - juin - juillet

HORAIRES : 9h-17h

LIEU : Nice - Toulon - Draguignan

NOMBRE MAXIMUM D'APPRENANTS : 8

MOYENS MATERIELS ET PÉDAGOGIQUES : Vidéo projecteur ; paperboard

TYPES D'ÉVALUATION :

Certification le dernier jour (questionnaire théorique, coaching avec un client réel, réponses questionnaires techniques et présentation de son identité de coach devant jury habilité).

ÉVALUATION DE LA FORMATION :

Questionnaire de satisfaction et entretiens aléatoires de participants

DOCUMENTS DE FIN DE FORMATION :

Synthèses documentaires

Certificat de formation ADISSEO

TARIF : 9600 € par personne pour 120 h sur 10 semaines