

LA PREPARATION MENTALE POUR COACHS SPORTIFS NIVEAU 2 (immersion Avignon)

PROGRAMME DE FORMATION

Objectifs de la formation :

A l'issue de cette formation, le stagiaire sera capable :

- D'animer une séance de préparation mentale pour optimiser la performance et le bien-être de ses sportifs
- De lever les barrières mentales qui freinent la réussite
- D'utiliser des outils de transformation puissants et concrets
- De créer une offre claire et irrésistible, augmentant la valeur et l'impact de son accompagnement

Dates Date sur demande	Durée 20h soit 2,5 jours	Horaires 08h/12h - 14h00/18h00 x2 +8h/12h	Sessions 1 à 2 personnes max
Lieu de formation En présentiel, au 1041 Chemin des Vendages 8400 AVIGNON Au studio Positive Experience			
Délai et modalités d'accès Délai d'entrée en formation : 1 semaine Satisfaire au prérequis			
Public concerné Tout public souhaitant monter en compétences en préparation mentale.		Prérequis Avoir validé le Module 1 Être coach sportif diplômé	
Intervenants à la formation Youri Martel et Albane Sainson – Coachs sportifs et préparateurs mentaux			

Méthodes pédagogiques	Moyens pédagogiques
------------------------------	----------------------------

• Exposés interactifs • Etudes de cas réels • Mises en situation et pratique terrain • Coaching individuel • Supervision et feedback personnalisés	• Diaporama, supports visuels et fiches outils • Salle/studio de sport
Accessibilité Toutes les personnes en situation de handicap (PMR, malvoyant, malentendant), peuvent assister à toutes nos formations à condition de le signaler au plus tôt afin d'adapter les locaux et les moyens de la prestation à leur situation.	Tarif 3000€
Modalité de suivi Feuille d'émargement, supervision continue	Modalité d'évaluation Mise en pratique et validation sur le terrain
Directeur de Coach sportif Academy Frank Saffon – saffon.frank@domicilgym.fr – 06.83.07.10.10 Responsable administrative et référente handicap Joanna Campanelli - joanna@coachsportifacademy.fr – 05.32.09.74.74	
Reconnaissance Attestation de formation	

CONTENU DE LA FORMATION DETAILLÉE

Jour 1

- Matin (8h-12h) :

Bases de l'hypnose et techniques de mise en transe rapide

- Après-midi (14h-18h) :

Pratique terrain avec des sujets volontaires

Jour 2

- Matin (8h-12h) :

Démonstration de coaching mental – Transmission d'un protocole et pratique en binôme

- Après-midi (14h-18h) :

Pratique encadrée sur des cas concrets sélectionnés selon les problématiques des coaches – supervision et feedback

Jour 3

- Matin (8h-12h) :

Positionnement et stratégie – création d'une offre claire et haut de gamme pour intégrer la préparation mentale dans ses coachings sportifs et augmenter la valeur de ses services