



Master Class © : Formation en Coaching Sportif



DURÉE : 60H (4 X 2 jours + travaux pratiques tutorés + 4H de suivi et de coaching en visio)

Intervenant : Michaël LANGRENE

Coach Professionnel /Praticien en PNL et en Hypnose

Consultant/Formateur - Sports Football-Tennis - Crossfit- Boxe thaïlandaise



Blended Learning

Objectifs opérationnels du coach sportif

- Proposer par un bilan de forme, un programme adapté à la demande du coaché.
- Prendre en compte les besoins implicites du client.
- Etablir une équité entre pratique sportive, diététique, physiologique et psychologique du coaché.
- Porter un intérêt à l'aspect comportemental du coaché pour mieux renforcer son mental.
- Impliquer l'interlocuteur dans son activité et ses résultats.

- Programme :

Jour 1 : Les fondements du Coaching

- Définition du coaching et présentation de sa pratique.
- Pourquoi choisir cette orientation et quel type de coaching pratiquer et pour qui ?
- Déterminer ses forces, compétences et axes d'amélioration.

Jour 2 : Préparer son étude de marché

- Pour déterminer son positionnement.
- Pour bien cibler sa clientèle.
- Pour planifier son business modèle.

Jour 3 : Développer son plan de marketing

- Valoriser ses services pour une vente efficace.
- Le marketing digital, un puissant outil promotionnel.
- Fidéliser sa clientèle et développer son entreprise par le relationnel.

Jour 4 : De client à coaché

- Etablir un diagnostic et préparer un programme de coaching.
- en fixant des objectifs structurés et clairs à atteindre.
- Installer un climat de confiance afin de faciliter l'adhésion du coaché à son parcours.



Objectifs pédagogiques

- Adapter une méthode spécifique à un individu, un collectif ou une entreprise.
- Identifier ses propres forces et s'appuyer dessus pour être plus performant.
- Être à l'écoute des besoins et attentes de l'interlocuteur.
- Être source de motivation et dynamiser ses coachés dans leurs performances.



Pré-requis

- Pratiquer un sport, avoir des notions de physiologie, être disponible et pédagogue.



Public

- Tout public motivé et désireux de dispenser des cours de coaching individuels ou collectifs afin d'accompagner des personnes en vue d'atteindre des objectifs de forme, de bien être et d'épanouissement.



Modalités pédagogiques

- Méthode DISC, test d'assertivité.
- Brainstorming + travail en sous-groupe avec apport d'expériences, structurer un plan individuel et livret de suivi du coaché.



Modalités d'évaluations

- Evaluation des acquis en continu : participation aux échanges, analyse réflexive.
- Ateliers pratiques, analyse de situations, mise en situation.



Tarif

- 2400 €HT



Master Class © : Formation en Coaching Sportif (Suite)



DURÉE : 60H (4 X 2 jours + travaux pratiques tutorés + 4H de suivi et de coaching en visio)

Intervenant : Michaël LANGRENE

Coach Professionnel /Praticien en PNL et en Hypnose

Consultant/Formateur - Sports Football-Tennis - Crossfit- Boxe thaïlandaise

Programme :



Blended Learning

Jour 5 : Comprendre et s'adapter aux besoins du coaché

- La communication comme outil relationnel de proximité.
- L'assertivité pour une communication relationnelle vivante d'égal à égal.
- Le questionnement : la boîte à outils du coach.

Jour 6 : Intégrer La PNL au service de la performance

- Les outils de la PNL pour renforcer et muscler son mental.
- La gestion du stress et des émotions pour une pratique sportive maîtrisée.
- Méthodes pour développer la motivation et la confiance en soi.

Jour 7 : Pratiquer la physiologie et la diététique

- Connaître son corps et être à son écoute pour mieux comprendre ses limites.
- La relation saine et équilibrée du corps et de l'esprit : une performance assurée .
- La nutrition au cœur du coaching sportif.

Jour 8 : Réaliser un bilan et suivi du coaché

- Dresser un bilan complet du coaché depuis le début de l'activité.
- Etablir un livret de suivi avec indicateurs de performance.
- Proposer un suivi par tous les canaux de communication existants et à la préférence du client.

- Coaching en visio

- Au choix, selon les besoins : suivi individuel ou collectif à chaque fin de session ou post coaching.



Objectifs pédagogiques

- Adapter une méthode spécifique à un individu, un collectif ou une entreprise.
- Identifier ses propres forces et s'appuyer dessus pour être plus performant.
- Être à l'écoute des besoins et attentes de l'interlocuteur.
- Être source de motivation et dynamiser ses coachés dans leurs performances.



Pré-requis

- Pratiquer un sport, avoir des notions de physiologie, être disponible et pédagogue.



Public

- Tout public motivé et désireux de dispenser des cours de coaching individuels ou collectifs afin d'accompagner des personnes en vue d'atteindre des objectifs de forme, de bien être et d'épanouissement.



Modalités pédagogiques

- Méthode DISC, test d'assertivité.
- Brainstorming + travail en sous-groupe avec apport d'expériences, structurer un plan individuel et livret de suivi du coaché.



Modalités d'évaluations

- Evaluation des acquis en continu : participation aux échanges, analyse réflexive.
- Ateliers pratiques, analyse de situations, mise en situation.



Tarif

- 2400 € HT

© 2021 Agophore Institut Tous droits réservés



23

Certification Agophore

Pour plus d'informations : contact@agophore-institut.com ou + 33 1 77 35 3712