



LIEU DE LA FORMATION

FORMATION 100% À DISTANCE

PUBLIC CONCERNÉ

Réussir sa préparation mentale (entraîneurs.ses professionnels.les)
Entraîneurs.ses professionnels.les

PRÉ-REQUIS

Réussir sa préparation mentale (entraîneurs.ses professionnels.les)
Connaissance de l'environnement numérique pour suivre la formation en distanciel

DÉBUT DE LA FORMATION

Tout au long de l'année

DÉTAILS DATE DE LA FORMATION

Réussir sa préparation mentale (entraîneurs.ses professionnels.les)
Session : 06/07 juillet 2023

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Réussir sa préparation mentale (entraîneurs.ses professionnels.les)
A la suite de cette formation, le stagiaire sera en capacité de:

1. Acquérir le vocabulaire et les outils spécifiques de la préparation mentale
2. Appréhender et appliquer les techniques spécifiques de la préparation mentale aux sportifs pros
3. Adapter les techniques de la préparation mentale pour améliorer la performance individuelle ou collective, pendant l'entraînement ou en période de compétition

CONTENU DE LA FORMATION

Réussir sa préparation mentale (entraîneurs.ses professionnels.les)

1. Accueil des participants et présentation
2. Recueil d'informations
3. Introduction à la Préparation Mentale
4. Définition des habiletés mentales de base
5. Evaluation des habiletés mentales
6. S'assurer des acquis des modules
7. Rappel du contenu abordé lors de la 1ère journée
8. Présentation des techniques en préparation mentale
9. Adapter et programmer un entraînement mental collectif et/ou individuel
10. Evaluer les acquis
11. Evaluation de la formation et conclusion

CONDITIONS DE FORMATION

Réussir sa préparation mentale (entraîneurs.ses professionnels.les)
Formation 100% en distance

Une vidéo sera à votre disposition afin de vous accompagner dans la prise en main de la plateforme de formation à distance.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Réussir sa préparation mentale (entraîneurs.ses professionnels.les)

Nous allons procéder à des évaluations à visées formatives durant la formation et à une évaluation à visée sommative à la fin de la formation.

CONDITIONS D'ADMISSION

Réussir sa préparation mentale (entraîneurs.ses professionnels.les)
Être entraîneur professionnel.

PROFIL DES INTERVENANTS

Réussir sa préparation mentale (entraîneurs.ses professionnels.les)

Thibaut Cassagne est formateur et préparateur mental. Il accompagne de grands clubs sportifs du Sud Ouest ainsi que de grandes entreprises.

VOS CONSEILLERS DE L'

Hélène BOURSINHAC
Conseillère en Formation
Continue
agence-marmande@greta-cfa-aquitaine.fr
06 33 47 69 70

Myriam DHAILLY
Conseillère en Formation
Professionnelle
myriam.dhailly@greta-cfa-aquitaine.fr
05 58 05 65 65
05 58 05 65 64