

FICHE PÉDAGOGIQUE

FORMATION

CRÉER ET DÉLIVRER UNE EXPÉRIENCE FITNESS À SUCCÈS

Cette formation bouscule les codes de la performance fitness. Elle permet de comprendre comment devenir un instructeur fitness à succès, savoir évaluer un cours fitness à succès et créer un plan d'action pour monter en compétence.

2 jours

14 heures

FORMATEUR:

Romain Prevedello



OBJECTIFS

01

**INCARNER L'EXCELLENCE EN
COURS COLLECTIF**

02

**MAÎTRISER LES CLÉS POUR DÉLIVRER
UNE EXPÉRIENCE FITNESS À SUCÈS**

03

**SAVOIR EVALUER UNE EXPÉRIENCE
FITNESS ET CRÉER UN PLAN D'ACTION
POUR MONTER EN COMPÉTENCE**

Les participants à la formation:

- Les instructeurs fitness diplômés,
- Les instructeurs fitness en cours de formation

PRÉREQUIS :

Avoir déjà enseigné des cours de fitness dans un club.

POSITIONNEMENT:

Avant le début de la formation, un questionnaire est transmis aux apprenants afin d'établir leurs besoins concernant la formation. Ce questionnaire permet d'adapter par la suite, les modules de formation et la façon dont ils sont abordés avec les participants à la formation.

PROGRAMME:

(VOIR LE PROGRAMME DÉTAILLÉ SUR LA FICHE PROGRAMME)

- Les rôles d'un instructeur fitness
- Ce que recherche les pratiquants fitness
- Comprendre comment créer une expérience fitness mémorables
- Les compétences du coach: Un savoir être impeccable + un savoir faire parfaitement maîtrisé
- Incarner l'excellence en cours collectif
- Savoir enseigner un cours de fitness avec succès
- Savoir communiquer son cours pour augmenter l'intérêt des pratiquants
- Passages en situation et feedbacks
- S'évaluer, évaluer ses collaborateurs et monter en compétences

MOYENS PÉDAGOGIQUES-TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT:

- Salle de cours,
- Alternance de sessions théoriques et d'ateliers pratiques,
- Quizz et sessions d'échange,
- Manuel de travail
- Support de présentation PPX

EQUIPEMENT :

- 2 tenues de sport,
- Serviette et bouteille d'eau,
- Moyens de prise de note,
- Collations pour la journée et repas.