

FORMATION

DU PRESENTING À L'ACTING FITNESS: LES CLÉS POUR PERFORMER FACE CAMÉRA

La digitalisation des activités fitness étant devenue un axe de développement majeur pour l'industrie du fitness, cette formation offre l'opportunité aux instructeurs de se préparer aux mieux à l'évolution de leur métier.

Animé par Romain Prevedello (Cofondateur Aleop), les participants bénéficieront d'un contenu unique pour faire passer leur enseignement VOD au niveau supérieur et apprendre les méthodes pour créer un concept signature réussi.

2 jours

14 heures

FORMATEUR:

Romain Prevedello



OBJECTIFS

01

COMPRENDRE LES ENJEUX LIÉS AU RÔLE DE PRESENTER FITNESS VOD : DU PRESENTING À L'ACTING

02

APPRENDRE LES MEILLEURES MÉTHODES POUR DEVENIR UN PRESENTER FITNESS VOD À SUCCÈS

03

SAVOIR ÉVALUER SA PERFORMANCE VOD ET METTRE EN PLACE UN PLAN D'ACTION POUR FAIRE PROGRESSER SON ENSEIGNEMENT.

04

MAÎTRISER LES CLÉS POUR CRÉER UN CONCEPT SIGNATURE RÉUSSI.

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)

- 01 Comprendre le marché du fitness digital et ses enjeux
- 02 Savoir préparer un cours VOD
- 03 Savoir se conditionner pour performer face à la caméra
- 04 Comprendre les astuces pour capter l'attention et enseigner avec impact
- 05 Savoir s'évaluer, évaluer les autres et créer un plan d'action pour progresser en VOD
- 06 Comprendre les étapes pour créer un concept signature réussi

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.

9:00

BIENVENUE ET PRÉSENTATION INDIVIDUELLES

9:30

INTRODUCTION

Du presenting à l'acting : L'évolution du métier de coach

- Les clés du succès d'un entraînement fitness appliqué au digital
- Comprendre l'évolution du métier de coach et les enjeux associés
- Débat : Les avantages et inconvénients de la digitalisation des cours fitness.
- Créer et enseigner des concepts signatures : Quels enjeux pour les clubs?

10:30

LES 5 ÉTAPES POUR DEVENIR UN DEVENIR UN PRESENTER FITNESS VOD À SUCCÈS:

#1 La préparation : le point de départ de toute performance.

- Comment créer un cours fitness signature adapté au digital ?
- Comment se préparer physiquement et techniquement ?
- Quels sont les éléments à scripter ?

#2 Le conditionnement : pour rayonner face caméra.

- Les actions à réaliser pour préparer une performance VOD
- Les astuces pour rester naturel face à la caméra ?
- Comment et pourquoi mettre en place une routine de conditionnement avant filming.

• Ateliers

- Passage en situation et roleplay

12:30

PAUSE

13:30

#3 Le jeu d'acteur (phase 1) :

- Les clés qui permettent de capter l'attention à l'écran.
- Les actions à effectuer pour améliorer son jeu de scène

• Ateliers

- Passage en situation et roleplay

#4 Les détails : les astuces pour être plus charismatique.

- Comment se mettre en valeur pour être plus impactant face caméra ?
- Quels détails permettent de faire la différence à l'écran ?

#5 La progression : s'auto-évaluer ou évaluer ses collaborateurs.

- Comment évaluer une performance VOD ?
- Comment établir un process de progression ?

16:30

Passage en situation 01 + Feedbacks

- Répétitions
- Passages en situations
- Feedback individuels

17:30

9:00

**RÉCAPITULATIF DES ÉLÉMENTS CLÉS VUS
JOUR 1**

**Comprendre et intégrer les étapes pour devenir un presenter fitness
VOD à succès.**

- Quizz

9:30

#3 Le jeu d'acteur (phase 2) :

- Comprendre les mécanismes de motivation fitness en VOD.
- Cerner les actions à réaliser pour coacher efficacement en VOD
- Comment être motivant, fun et inspirant face caméra ?

• Ateliers

- Roleplay

Passage en situation 02 + Feedbacks

- Répétitions
- Passages en situations
- Feedback individuels

12:00

PAUSE

13:00

**MAÎTRISER LES CLÉS D'UN CONCEPT
SIGNATURE À SUCCÈS :**

Définir un positionnement stratégique et optimiser ses process

- Choisir son persona : L'équilibre subtil entre résultats physiques et besoin émotionnels
- Les étapes à respecter pour créer une concept fitness réussie
- L'importance de la communication et du marketing : Comment promouvoir une activité efficacement ?
- Créer un parcours de formation adapté : Les éléments à prendre en compte

15:30

Ateliers + Passage en situation + feedbacks

- Groupe de travail
- Sessions d'échnages
- Passages en situation filmés
- Coaching et feedbacks individuels

16:30

Clôture de la formation

- RECAP général
- Plan d'action

17:00

