FITS PRO

LEADER SUISSE ROMAND DE
LA FORMATION FITNESS

FORMATIONS CERTIFIANTES
« PRÉPARATEUR & COACH MENTAL » FORMULE 100% E-LEARNING

« La formation Préparation mentale du Dr Sylvain Baert est excellente. Elle nous fait prendre conscience que la condition mentale peut apporter de grand résultats en entreprise , dans le milieu sportif, mais aussi personnel. C'est une méthode très puissante, je vous la recommande » Yves

POURQUOI ?

Parce que grâce au Docteur Sylvain BAERT, vous suivrez une formation, avec certification, permettant d'exercer, en milieu sportif ou d'entreprise, comme préparateur et coach mental pour la performance individuelle. Véritable professionnalisation, vous compléterez vos compétences pour mieux accompagner sur le plan mental vos clients sportifs ou les personnes en entreprise. Pour ce qui est de la valeur ajoutée de notre certificat auprès d'un potentiel employeur, celui-ci développe non seulement les compétences des participants mais renforce aussi l'employabilité des stagiaires auprès d'employeurs potentiels.

OBJECTIFS

- Devenir préparateur mental.
- Perfectionner vos savoirs / connaissances.
- Mieux prendre en charge vos clients.

PUBLIC VISÉ

Ouverte aux personnes intéressées par la préparation mentale travaillant dans le domaine sportif (Coach Sportif, Entraîneur, Préparateur Physique, Instructeur), en entreprise, dans le domaine de la santé ou du bien-être.

LES PLUS

- Formation assurée et certifiée par un professionnel. Le Dr Sylvain Baert forme des préparateurs mentaux depuis 2006

- Une plateforme d'apprentissage collaborative, optimisée pour vous accompagner dans votre apprentissage. Suivez à votre rythme chaque module depuis chez vous ! 15 mn par jour ? ou tout un week-end ? c'est vous qui planifiez votre apprentissage...

- Module sur les débouchés professionnels

- Format court et adapté pour mieux s'adapter à votre emploi du temps

- Fiches pratiques PDF à réutiliser facilement sur le terrain

- Études de cas chez le sportif de haut niveau et en entreprise, prise en charge psychologique du sportif blessé, savoir-être du préparateur mental, astuces exclusives...

- Certification avec double mention :
Prépa. Mentale pour optimiser la performance
Auto-Préparation Mentale avec la méthode **ECO2A**

- **Résidents Suisses / Frontaliers : Financement par le CAF Genève (CHF 750.-)**
Financement en France VIA CPF - DATADOCK

PLAN DE FORMATION (Examen inclus)

Vous pourrez démarrer à votre convenance votre apprentissage (Vidéos / manuels PDF / quiz). Un tableau de bord contrôlera votre avancement chapitre par chapitre. Puis vous bénéficiez de près de 2 mois pour vous préparer à votre examen théorique organisé ONLINE (QCM via une plateforme sécurisée). Vous n'aurez pas à vous déplacer !

DIPLÔME COACH & PRÉPARATEUR MENTAL délivré après réussite de l'examen *(Test Écrit- 40 QCM)*
Certificat à la méthode ECO2A© *(Certification exclusive permettant son utilisation)*

CONTENUS E-LEARNING

- Introduction de la formation
  protocoles, entretiens, tests
- Gestion des émotions
- Gestion du stress
- Routines de performance et matinales
- Techniques de respiration
- Techniques de relaxation
  (Méthodes Schultz, Jacobson)
- Méditation
- Motivation
- Confiance en soi
- Imagerie
- Sophrologie
- Les 6 besoins fondamentaux
- Études de cas (Sportifs & Entreprises)
- Projet professionnel

+ BONUS WEBINAIRES OFFERTS

SUIVI POST-FORMATION :

Après votre formation en ligne, vous bénéficiez des avantages suivants :

- Accès à un groupe Facebook privé pour échanger avec les autres préparateurs mentaux et/ou ceux certifiés à la méthode ECO2A
- Accès à un autre E-learning pour revoir les cours à volonté + des MASTER CLASS + infos sup.

Tous ces accès sont offerts pour l'année en cours. Si vous souhaitez continuer à avoir accès à ces bonus les années suivantes, vous pourrez le faire librement pour 127€/an ou 140 CHF/an.

FITSPRO | Route des Fayards 243 | 1290 Versoix | admin@fitspro.com | +41 (0)22 775 05 80 | www.fitspro.com