

PROGRAMME

Bloc 1



Les influences du mental en sport





Le programme

1^{er} JOUR

Motivation

Confiance en soi

Imagerie mentale

Estime de soi

2^{ème} JOUR

Les émotions

Contextes et structures

Les influences du mental en sport



Les influences du mental en sport

Notre Approche

Du concret et rien que du concret
avec un discours clair et intelligible sans
besoin de traduction pour s'associer
à vos réflexions.

Notre mission prioritaire: l'efficacité ...

Notre plan d'action en main va vous

permettre de le mettre en oeuvre...

avec nous et un suivi Masterclass en
s'appuyant sur notre vécu.

Pour votre performance, on vous
accompagne en partant de la discussion
jusqu'à la réalisation.

Être convaincu pour être convaincant ...



DURÉE

Une journée et une matinée



PRÉREQUIS

Aucun



PUBLIC

Entraîneurs, Managers,
Dirigeants...



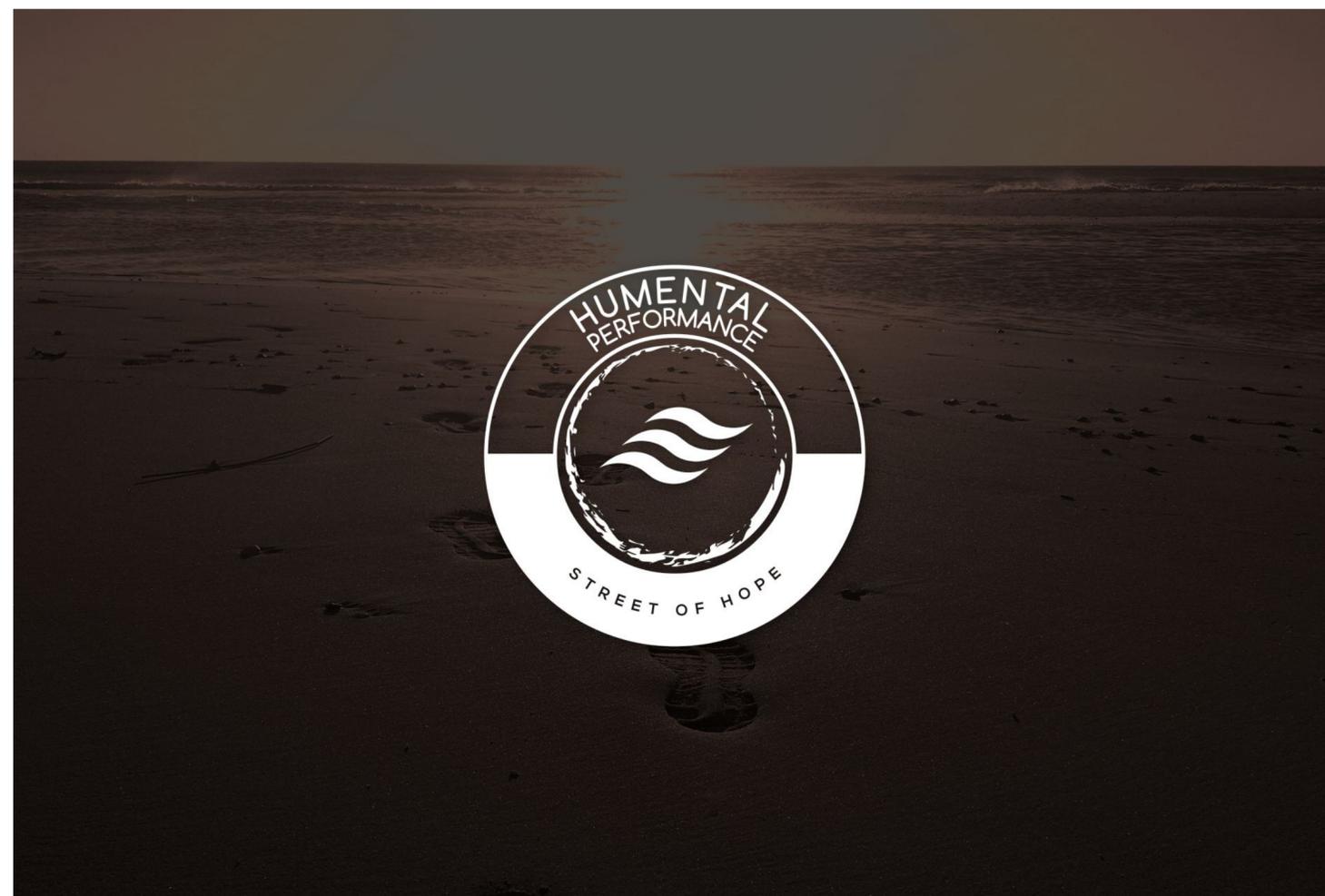
ACCESSIBILITÉ

Adaptabilité en fonction de
chacun



DÉLAIS D'ACCÈS

Nous consulter





Les modalités

Financières

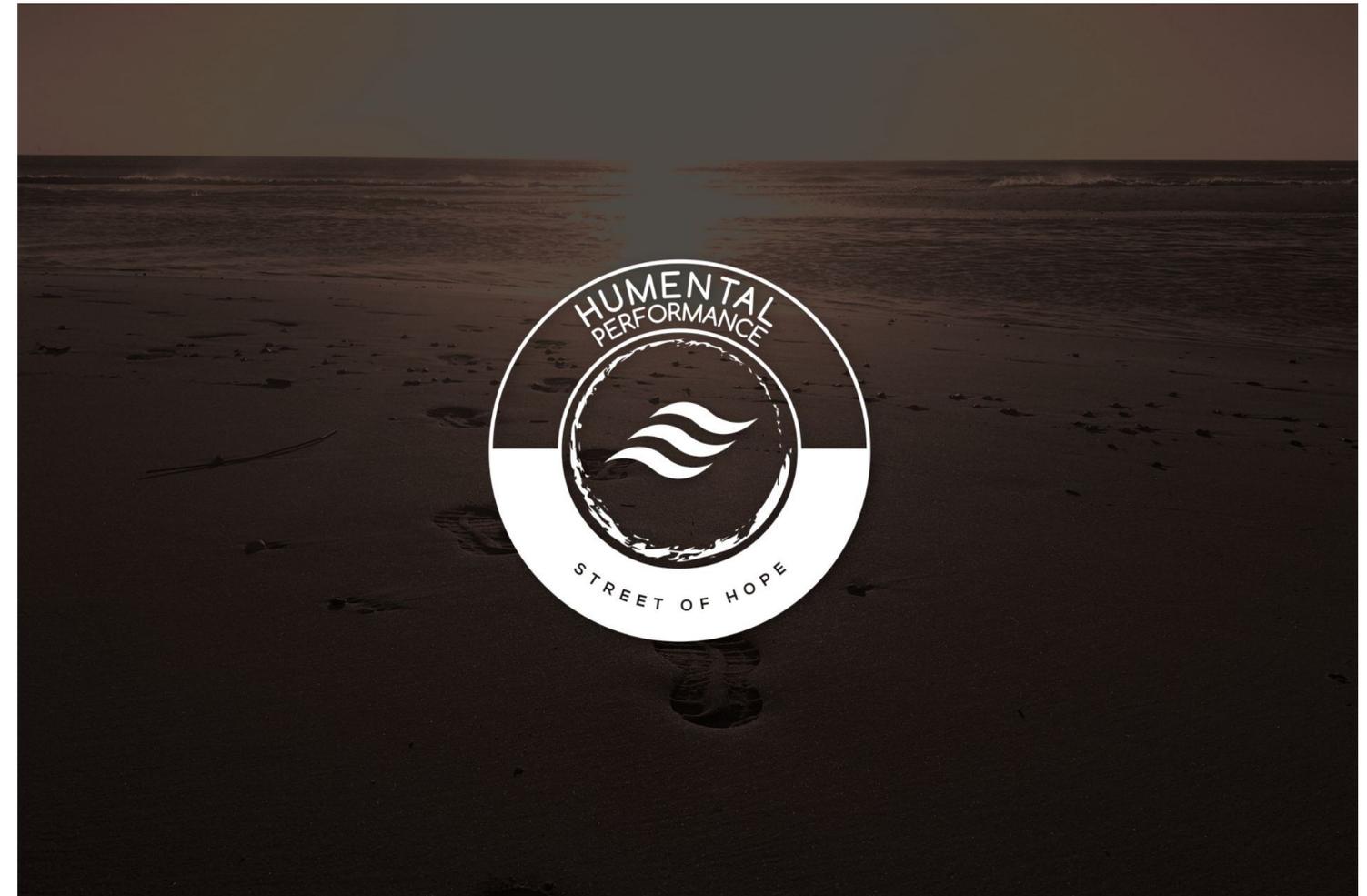
En attente d'une certification QUALIOPi, veuillez nous consulter pour les tarifs.

Pédagogiques

Nous privilégions l'aspect participatif dans l'apprentissage et l'accompagnement des compétences.

D'évaluation

Débriefing personnalisé durant la formation en présentiel sur les cas pratiques et les mises en situation.





Bloc 2



L'incertitude liée à la compétition





Le programme

1^{er} JOUR

L'environnement

Systemes complexes

Les prédictions

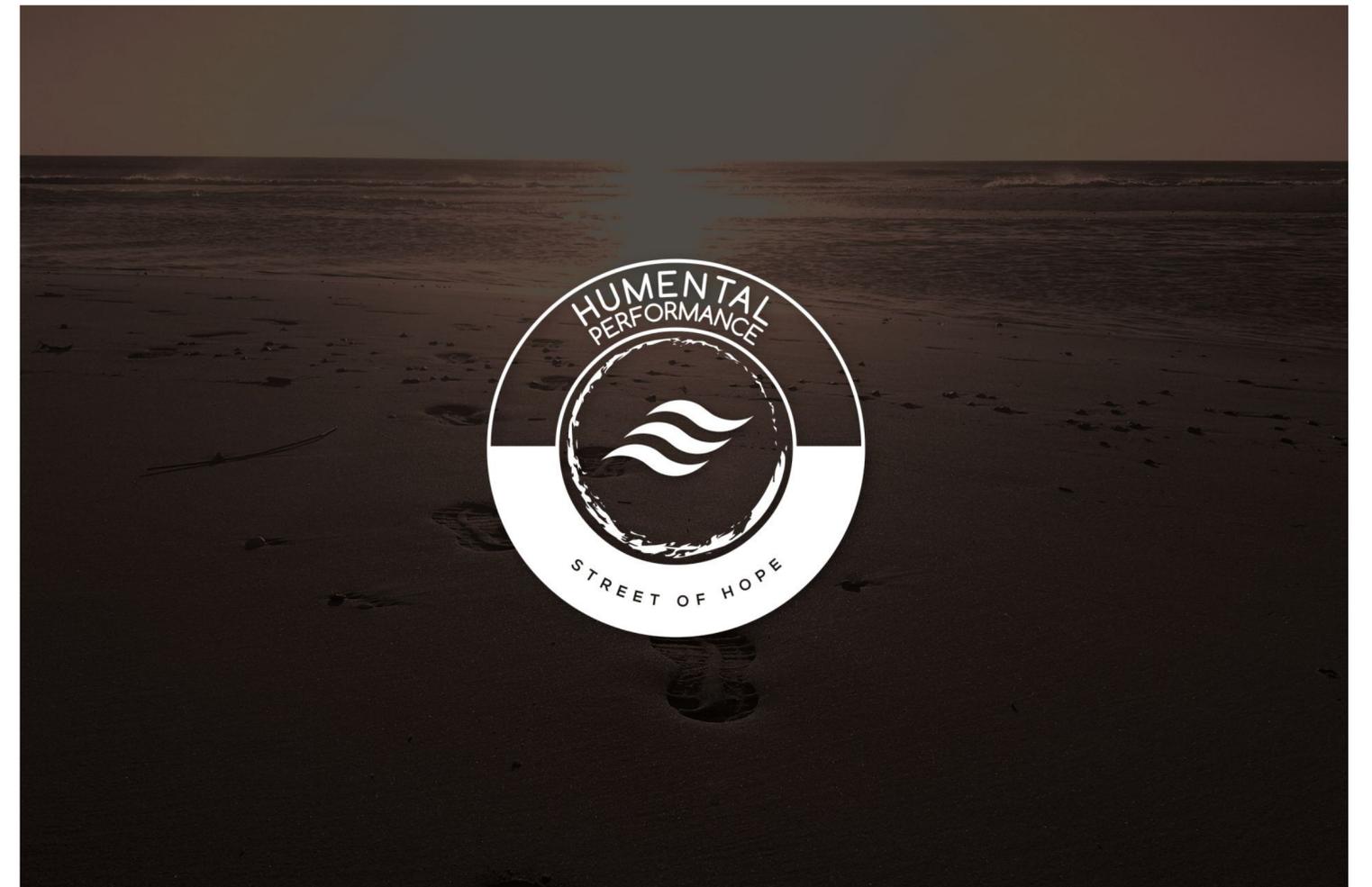
Les effets de groupe

2^{ème} JOUR

Le défi de l'incertitude

La culture de l'incertitude

L'incertitude liée à la compétition



L'incertitude liée à la compétition

Notre Approche

Du concret et rien que du concret
avec un discours clair et intelligible sans
besoin de traduction pour s'associer
à vos réflexions.

Notre mission prioritaire: l'efficacité ...

Notre plan d'action en main va vous

permettre de le mettre en oeuvre...

avec nous et un suivi Masterclass en
s'appuyant sur notre vécu.

Pour votre performance, on vous
accompagne en partant de la discussion
jusqu'à la réalisation.

Être convaincu pour être convaincant ...



DURÉE

Une journée et une matinée



PRÉREQUIS

Aucun



PUBLIC

Entraîneurs, Managers,
Dirigeants...



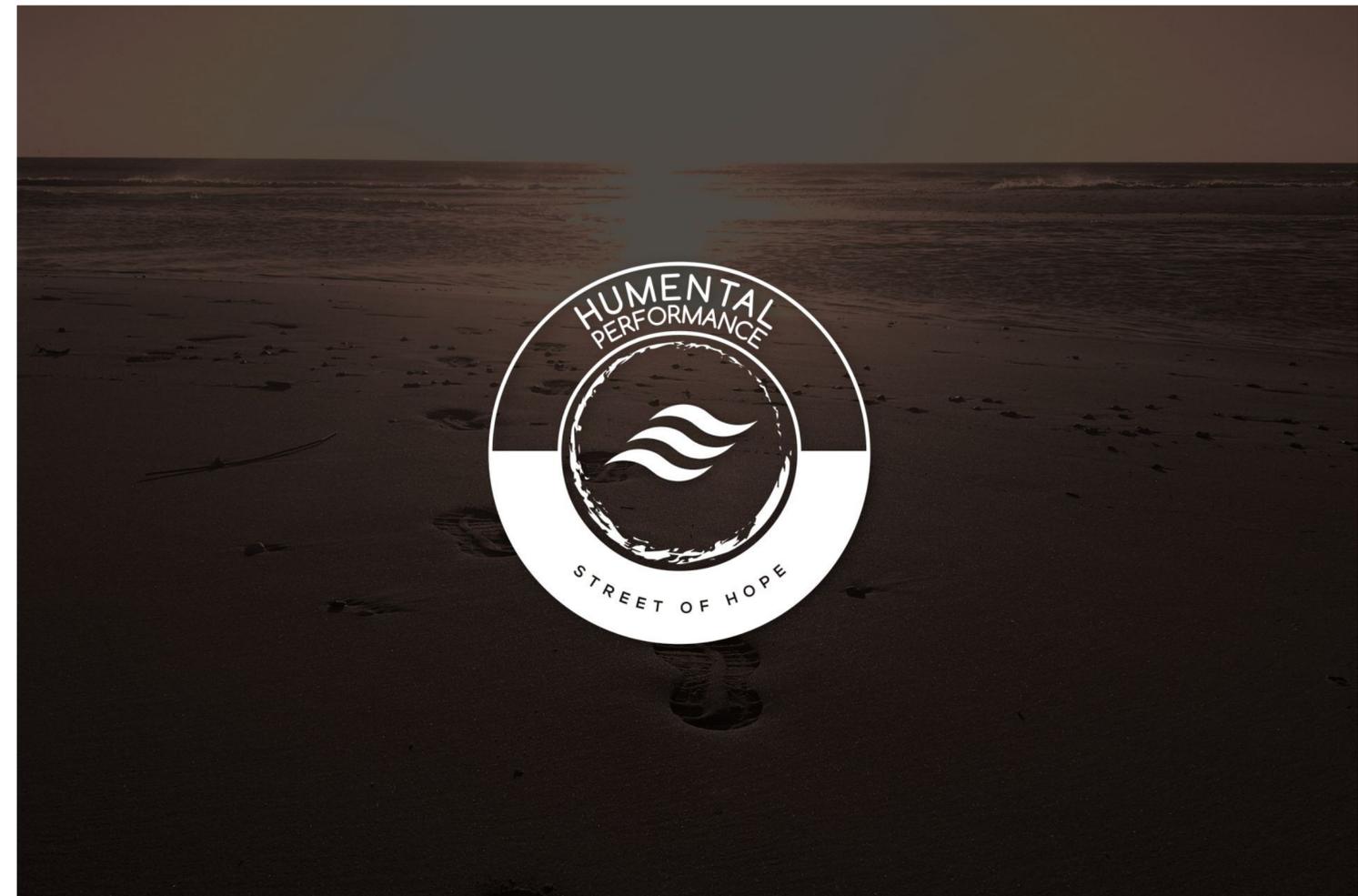
ACCESSIBILITÉ

Adaptabilité en fonction de
chacun



DÉLAIS D'ACCÈS

Nous consulter





Les modalités

Financières

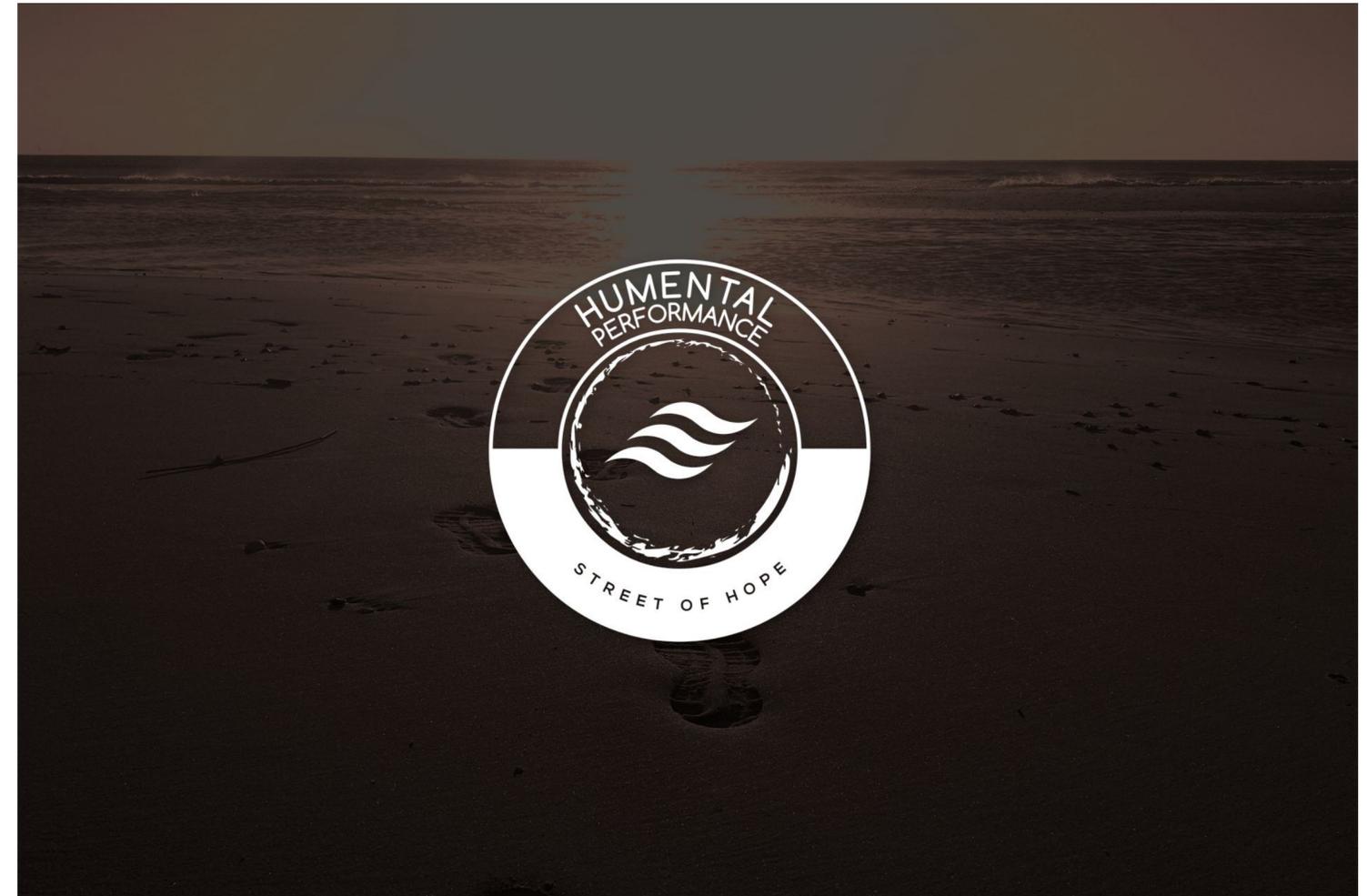
En attente d'une certification QUALIOPPI, veuillez nous consulter pour les tarifs.

Pédagogiques

Nous privilégions l'aspect participatif dans l'apprentissage et l'accompagnement des compétences.

D'évaluation

Débriefing personnalisé durant la formation en présentiel sur les cas pratiques et les mises en situation.



Bloc 3



L'approche mentale de l'individu





Le programme

1^{er} JOUR

Habiletés mentales

L'attention

Potentiel de l'humain

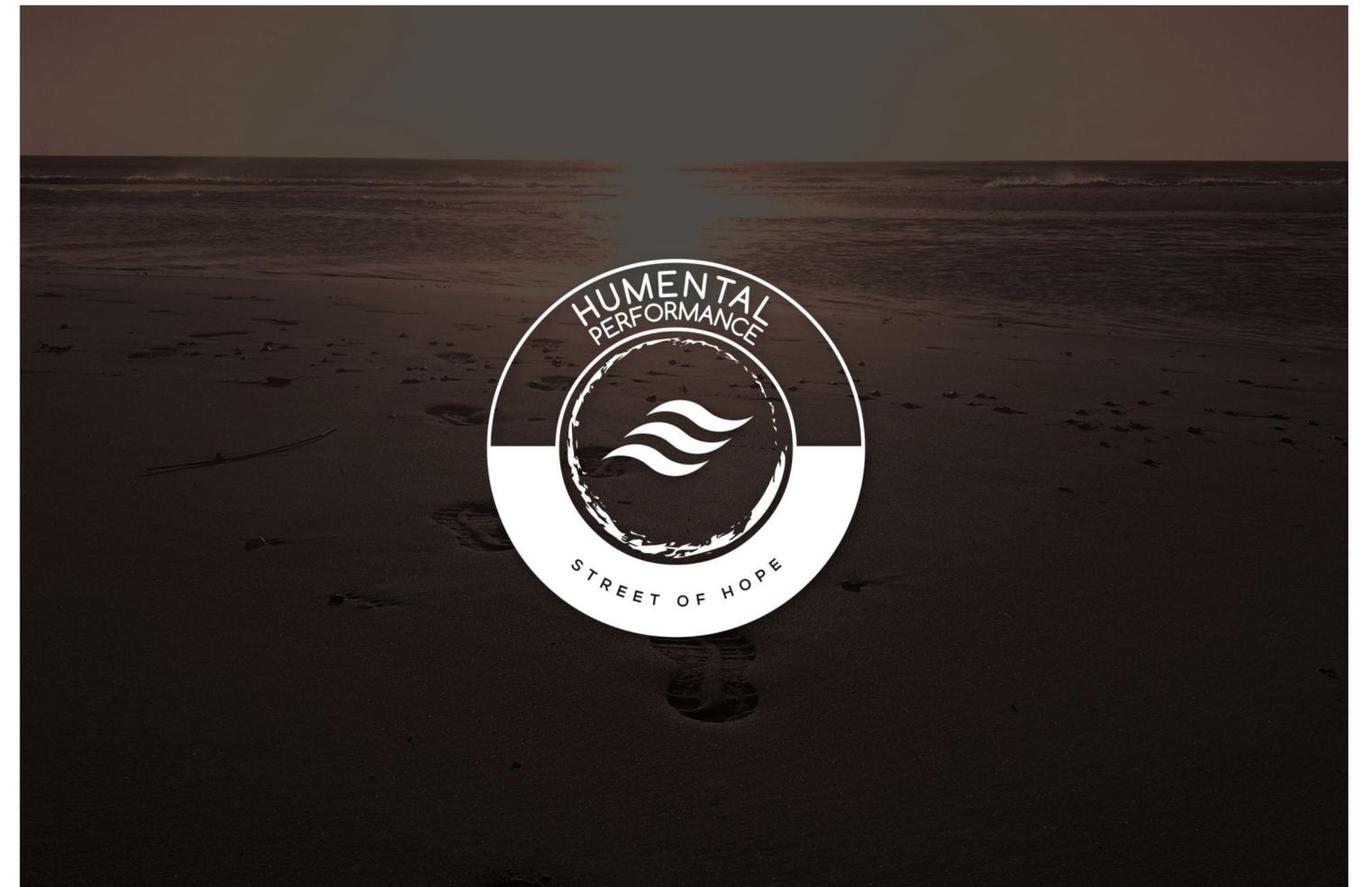
Équilibre de vie

2^{ème} JOUR

La dimension mentale et blessures

L'accompagnement

L'approche mentale de l'individu



L'approche mentale de l'individu

Notre Approche

Du concret et rien que du concret
avec un discours clair et intelligible sans
besoin de traduction pour s'associer
à vos réflexions.

Notre mission prioritaire: l'efficacité ...

Notre plan d'action en main va vous

permettre de le mettre en oeuvre...

avec nous et un suivi Masterclass en
s'appuyant sur notre vécu.

Pour votre performance, on vous
accompagne en partant de la discussion
jusqu'à la réalisation.

Être convaincu pour être convaincant ...



DURÉE

Une journée et une matinée



PRÉREQUIS

Aucun



PUBLIC

Entraîneurs, Managers,
Dirigeants...



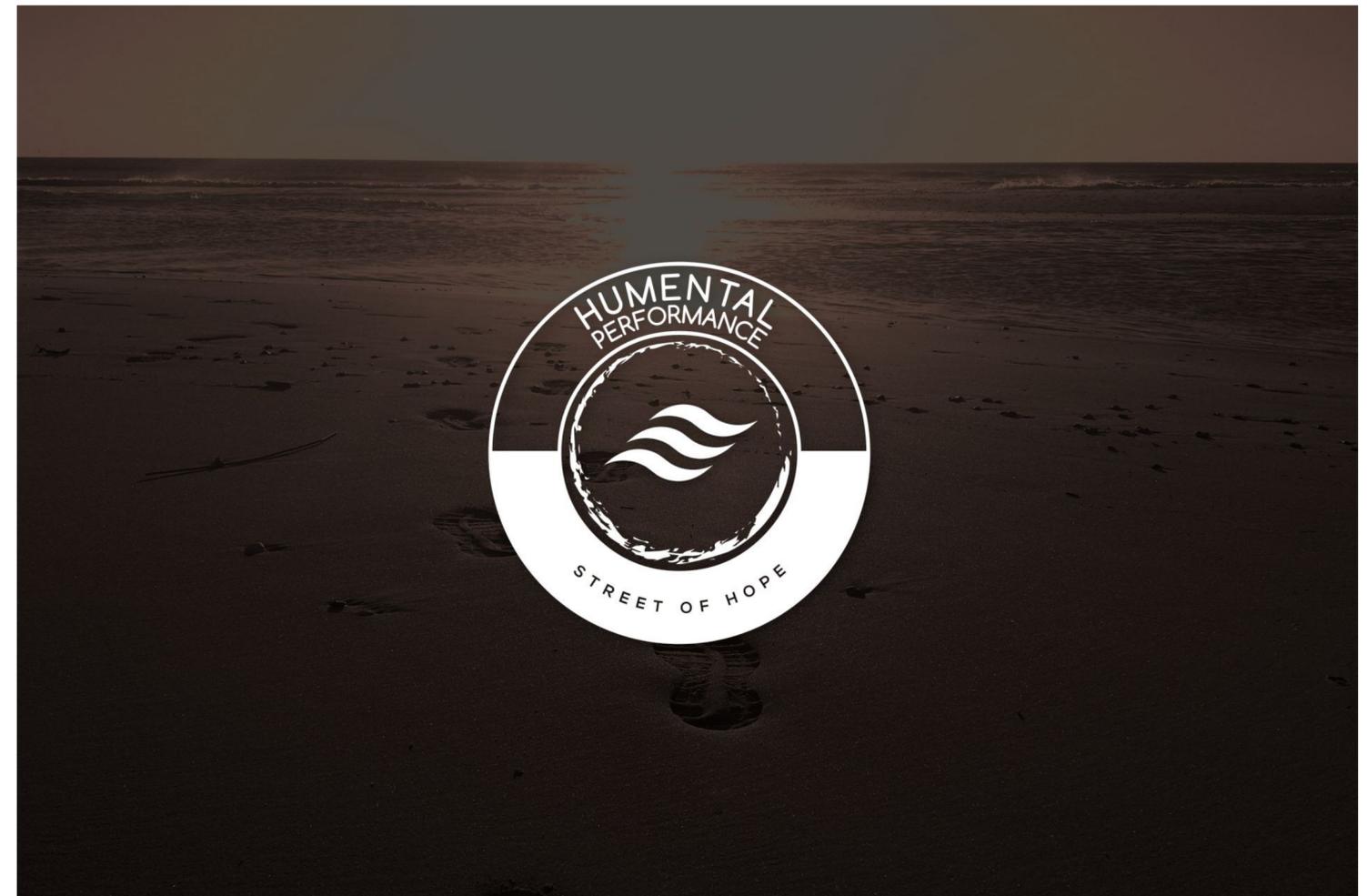
ACCESSIBILITÉ

Adaptabilité en fonction de
chacun



DÉLAIS D'ACCÈS

Nous consulter





Les modalités

Financières

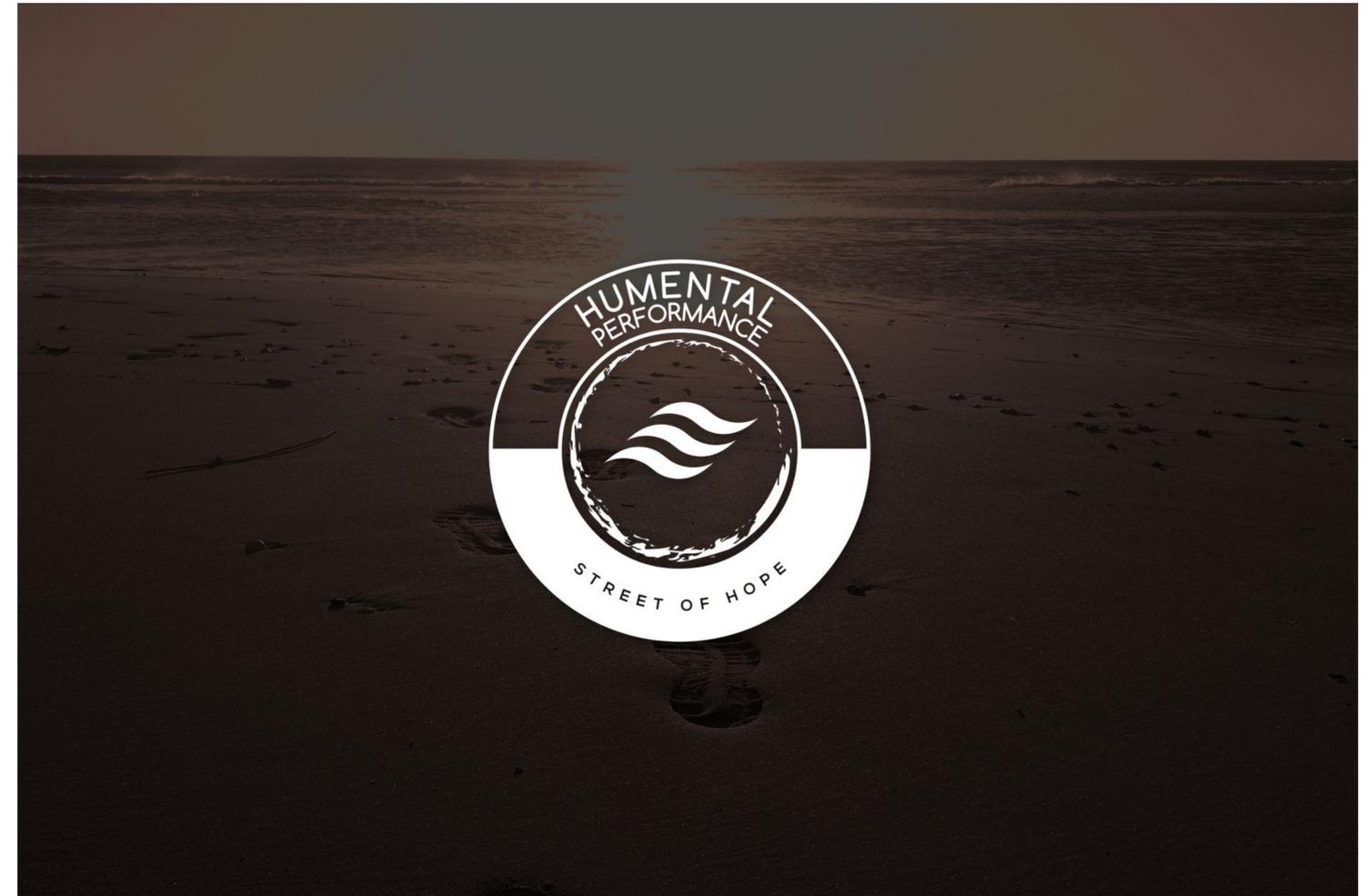
En attente d'une certification QUALIOPPI, veuillez nous consulter pour les tarifs.

Pédagogiques

Nous privilégions l'aspect participatif dans l'apprentissage et l'accompagnement des compétences.

D'évaluation

Débriefing personnalisé durant la formation en présentiel sur les cas pratiques et les mises en situation.



Bloc 4



L'approche collective du joueur





Le programme

1^{er} JOUR

L'éthique et performance

L'efficacité relationnelle

La cohésion

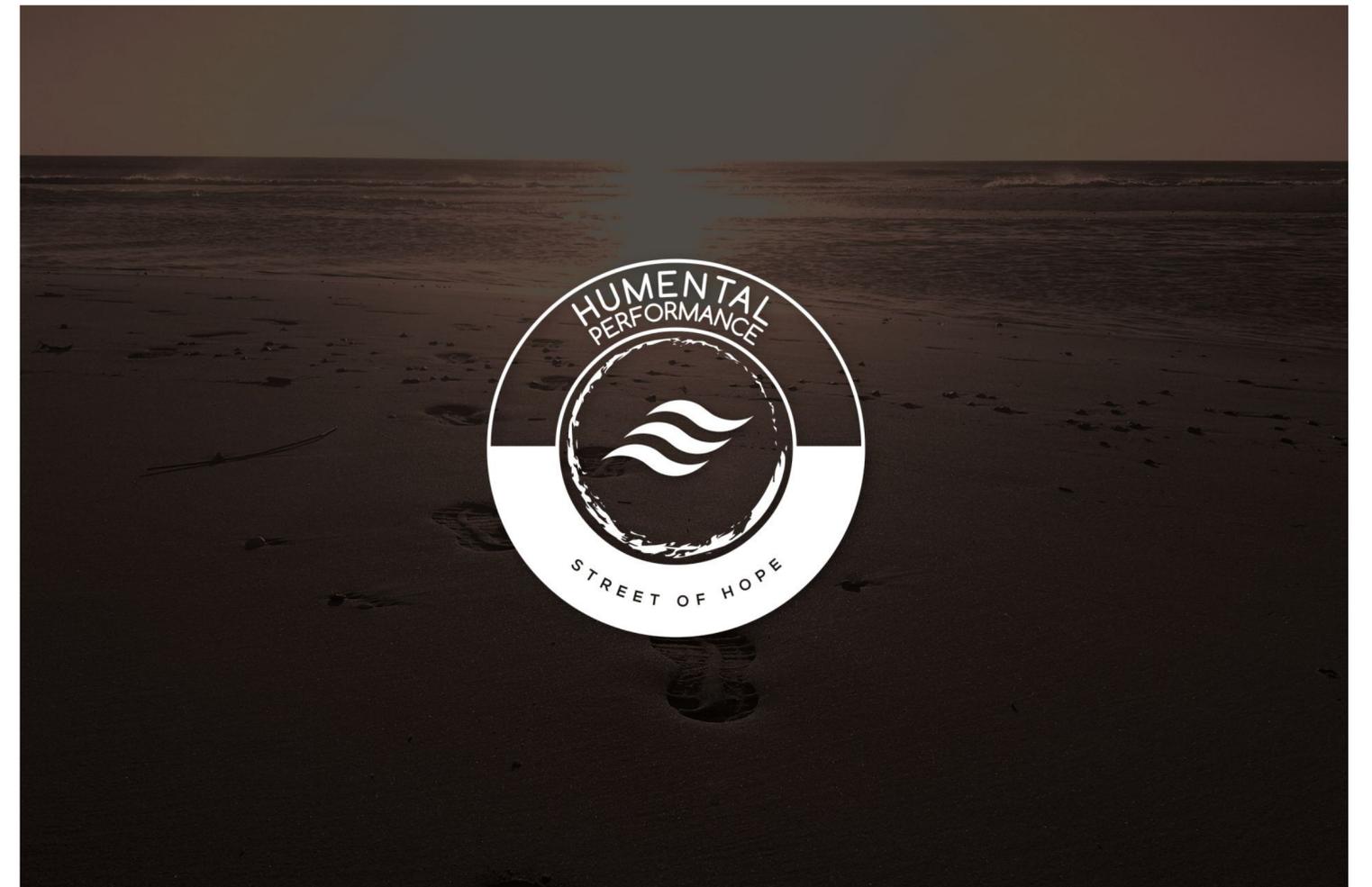
Les situations critiques

2^{ème} JOUR

L'accompagnement du collectif

Le mental intégré

L'approche collective du joueur



L'approche collective du joueur

Notre Approche

Du concret et rien que du concret
avec un discours clair et intelligible sans
besoin de traduction pour s'associer
à vos réflexions.

Notre mission prioritaire: l'efficacité ...

Notre plan d'action en main va vous

permettre de le mettre en oeuvre...

avec nous et un suivi Masterclass en
s'appuyant sur notre vécu.

Pour votre performance, on vous
accompagne en partant de la discussion
jusqu'à la réalisation.

Être convaincu pour être convaincant ...



DURÉE

Une journée et une matinée



PRÉREQUIS

Aucun



PUBLIC

Entraîneurs, Managers,
Dirigeants...



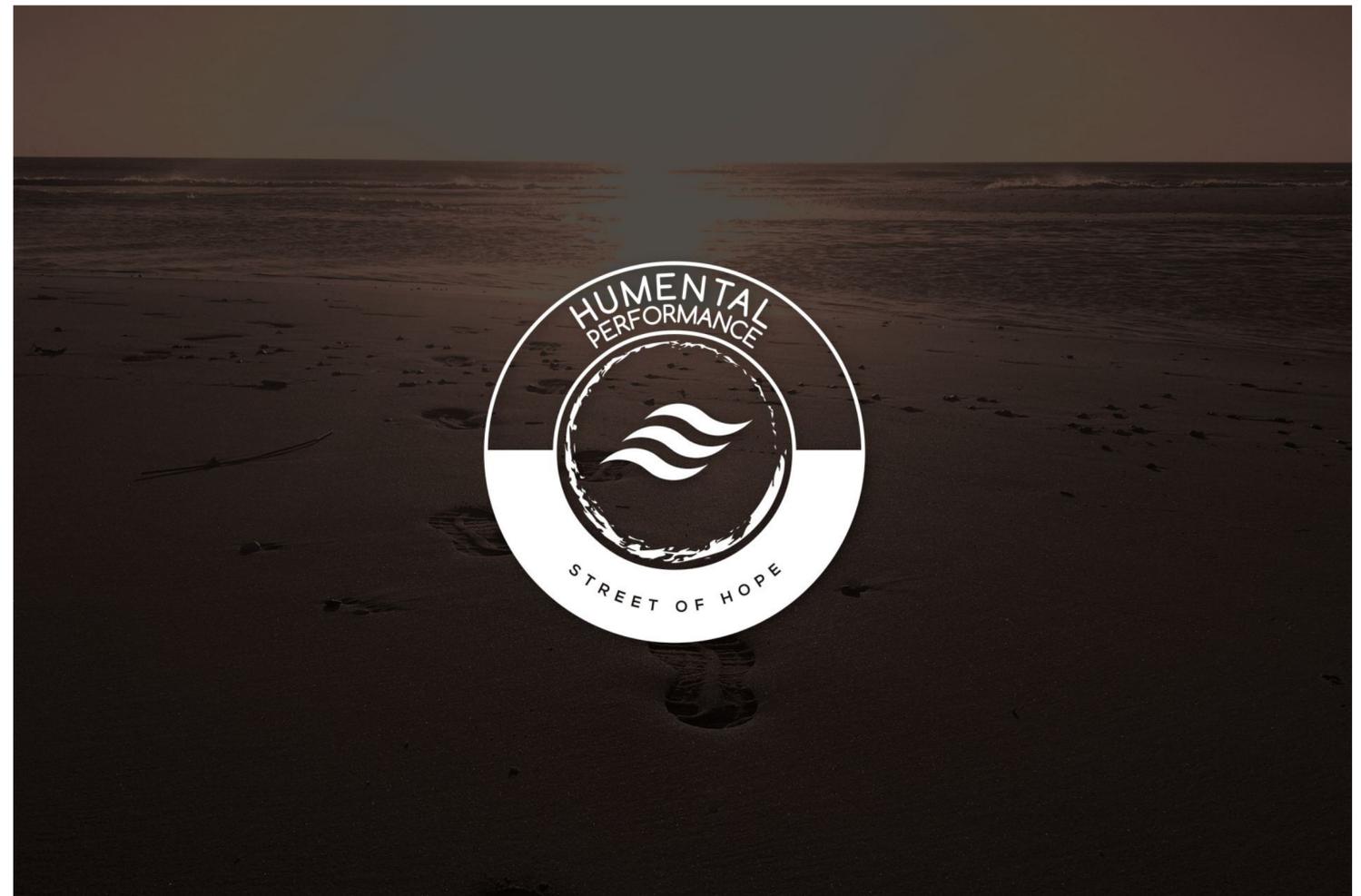
ACCESSIBILITÉ

Adaptabilité en fonction de
chacun



DÉLAIS D'ACCÈS

Nous consulter





Les modalités

Financières

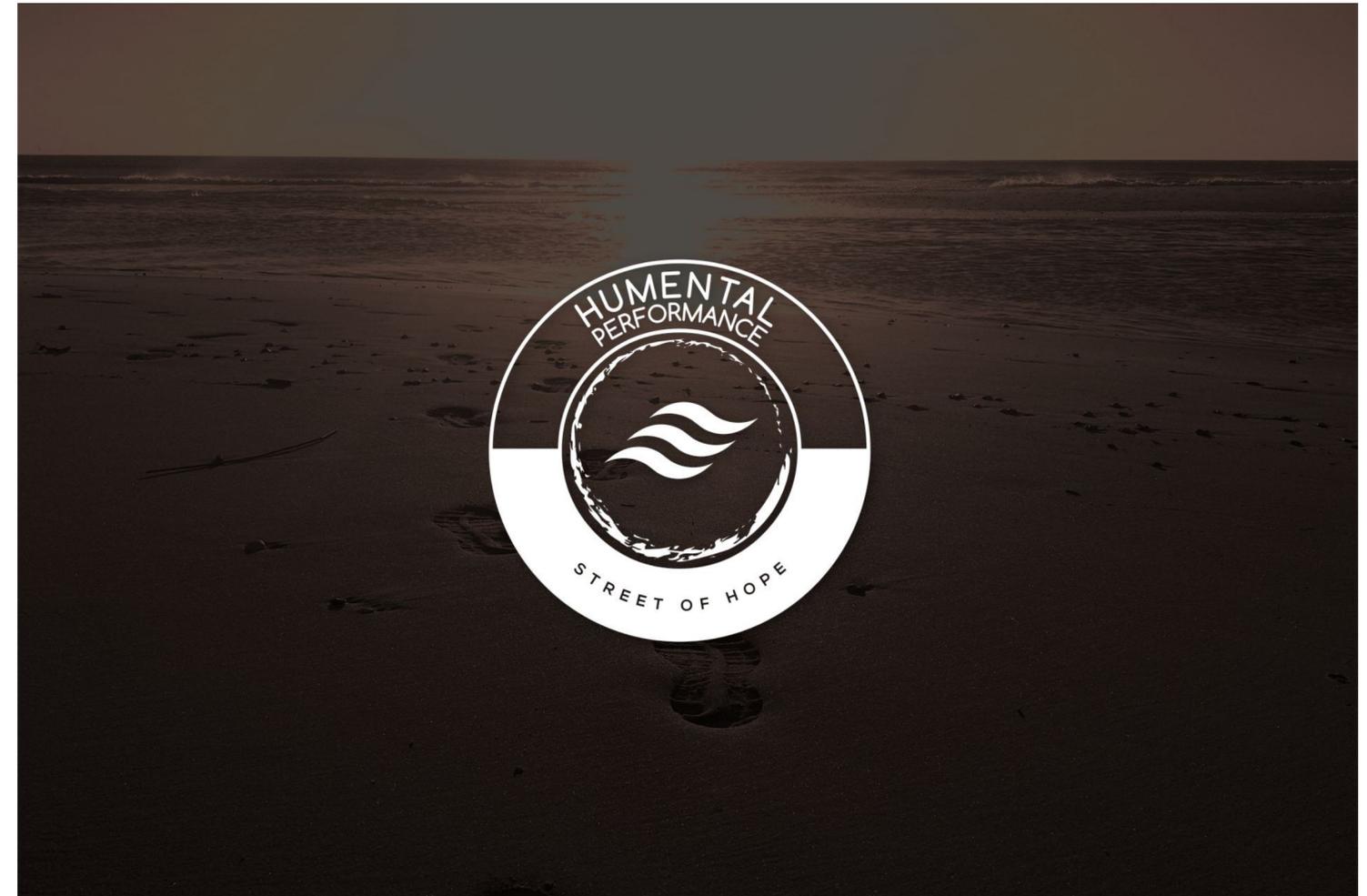
En attente d'une certification QUALIOP1, veuillez nous consulter pour les tarifs.

Pédagogiques

Nous privilégions l'aspect participatif dans l'apprentissage et l'accompagnement des compétences.

D'évaluation

Débriefing personnalisé durant la formation en présentiel sur les cas pratiques et les mises en situation.



PROGRAMME

Bloc 5



Plan de formation du joueur à la dimension mentale





Le programme

1^{er} JOUR

Découverte (5 à 10ans)

Développement (10 à 14 ans)

Perfectionnement (14 à 18 ans)

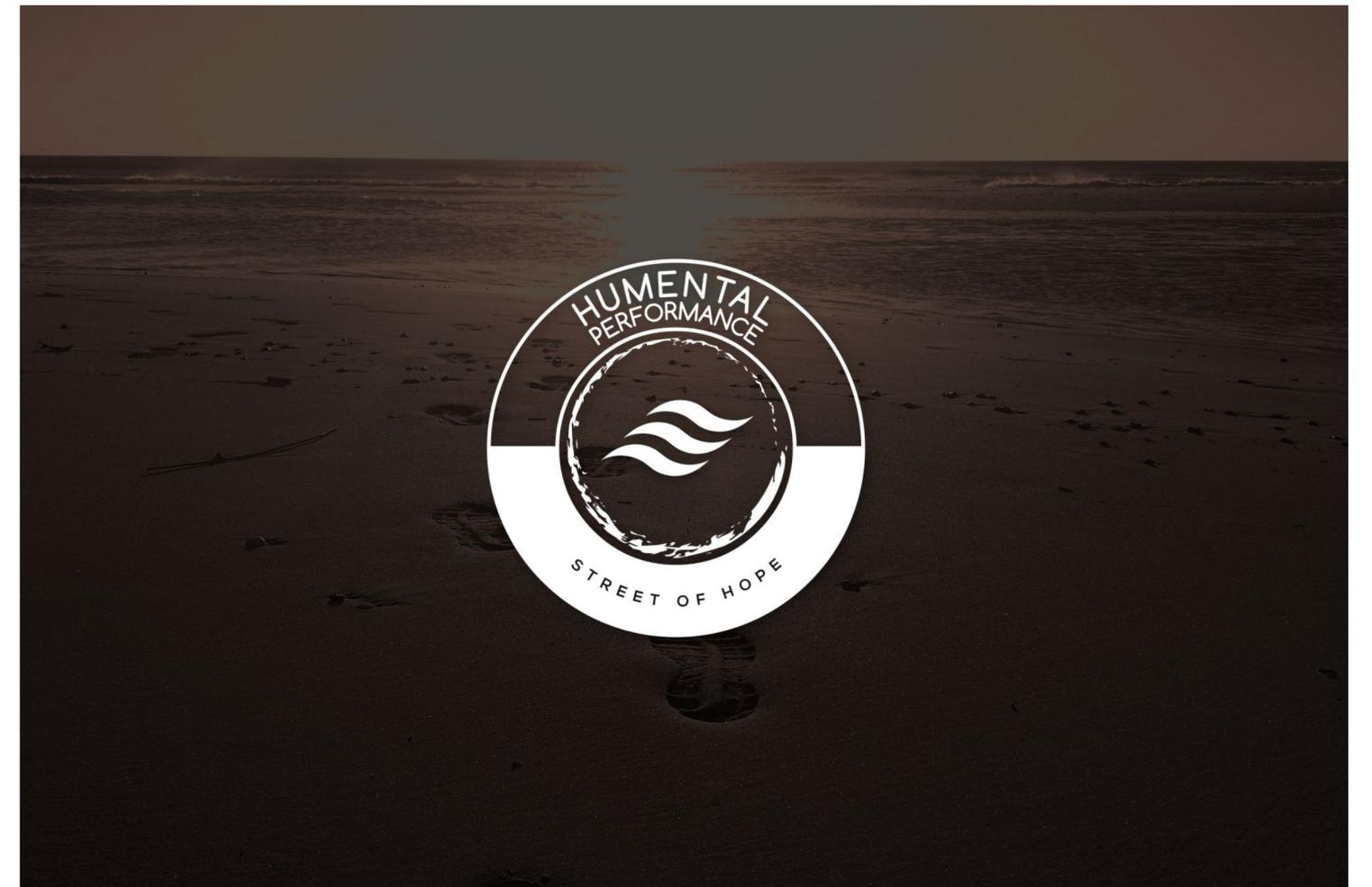
Optimisation (plus de 18 ans)

2^{ème} JOUR

évaluer, analyser et développer ...

Structurer et accompagner

Plan de formation du joueur à la dimension mentale



Plan de formation du joueur à la dimension mentale

Notre Approche

Du concret et rien que du concret
avec un discours clair et intelligible sans
besoin de traduction pour s'associer
à vos réflexions.

Notre mission prioritaire: l'efficacité ...

Notre plan d'action en main va vous

permettre de le mettre en oeuvre...

avec nous et un suivi Masterclass en
s'appuyant sur notre vécu.

Pour votre performance, on vous
accompagne en partant de la discussion
jusqu'à la réalisation.

Être convaincu pour être convaincant ...



DURÉE

Une journée et une matinée



PRÉREQUIS

Aucun



PUBLIC

Entraîneurs, Managers,
Dirigeants...



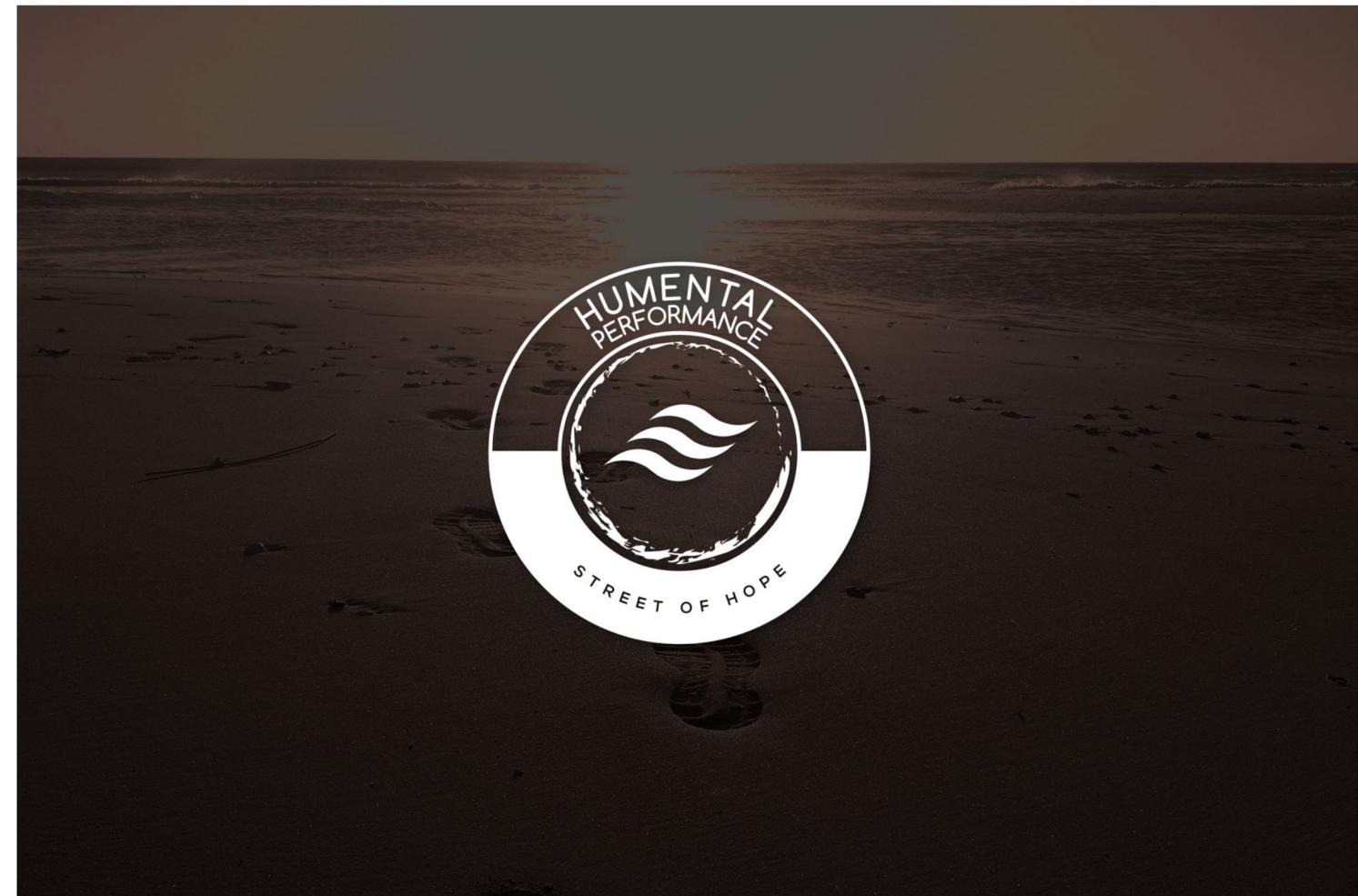
ACCESSIBILITÉ

Adaptabilité en fonction de
chacun



DÉLAIS D'ACCÈS

Nous consulter





Les modalités

Financières

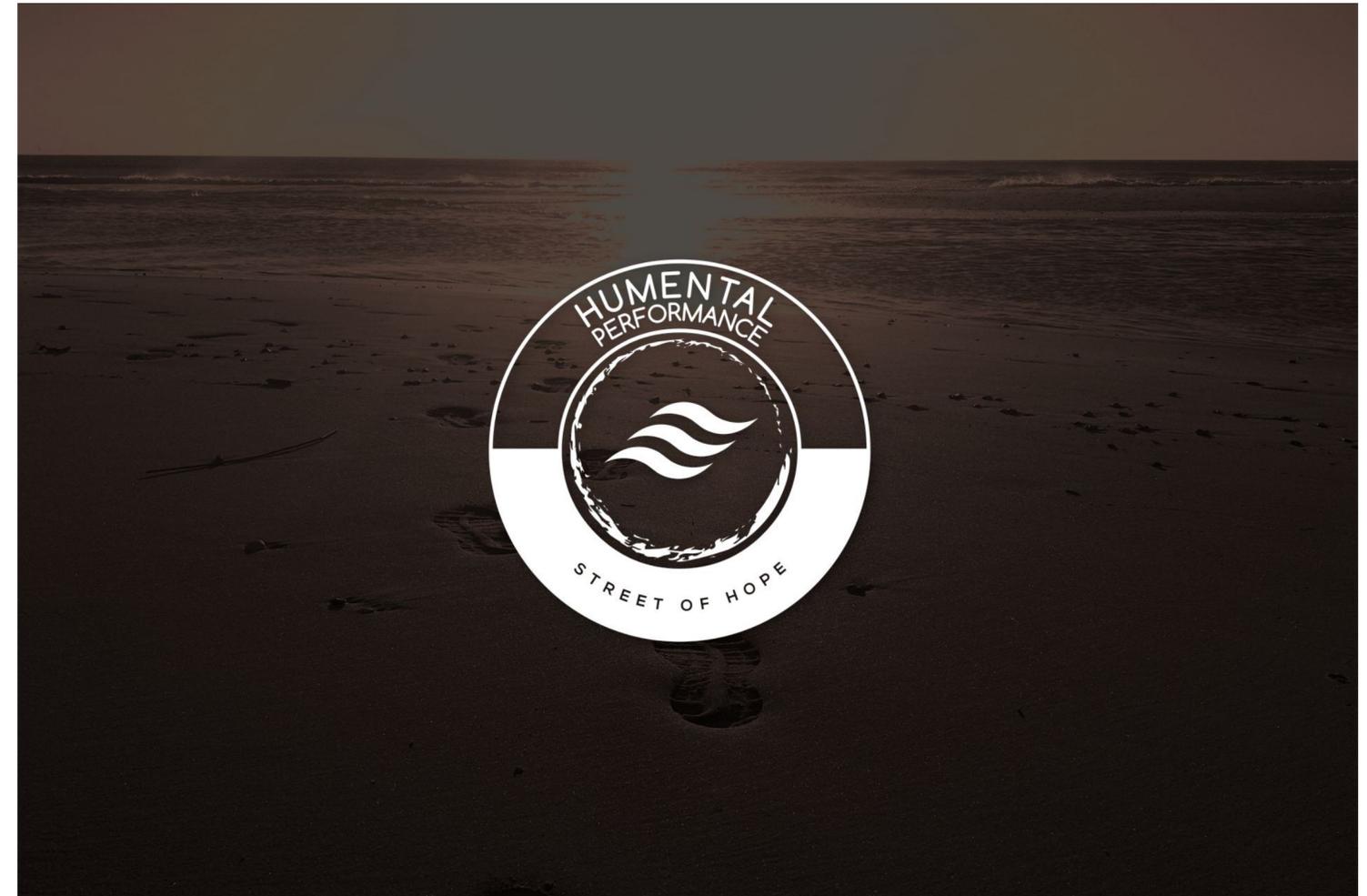
En attente d'une certification QUALIOP1, veuillez nous consulter pour les tarifs.

Pédagogiques

Nous privilégions l'aspect participatif dans l'apprentissage et l'accompagnement des compétences.

D'évaluation

Débriefing personnalisé durant la formation en présentiel sur les cas pratiques et les mises en situation.



Bloc 6



Techniques de récupération





Le programme

1^{er} JOUR

L'adaptabilité

Le dialogue interne

Les respirations

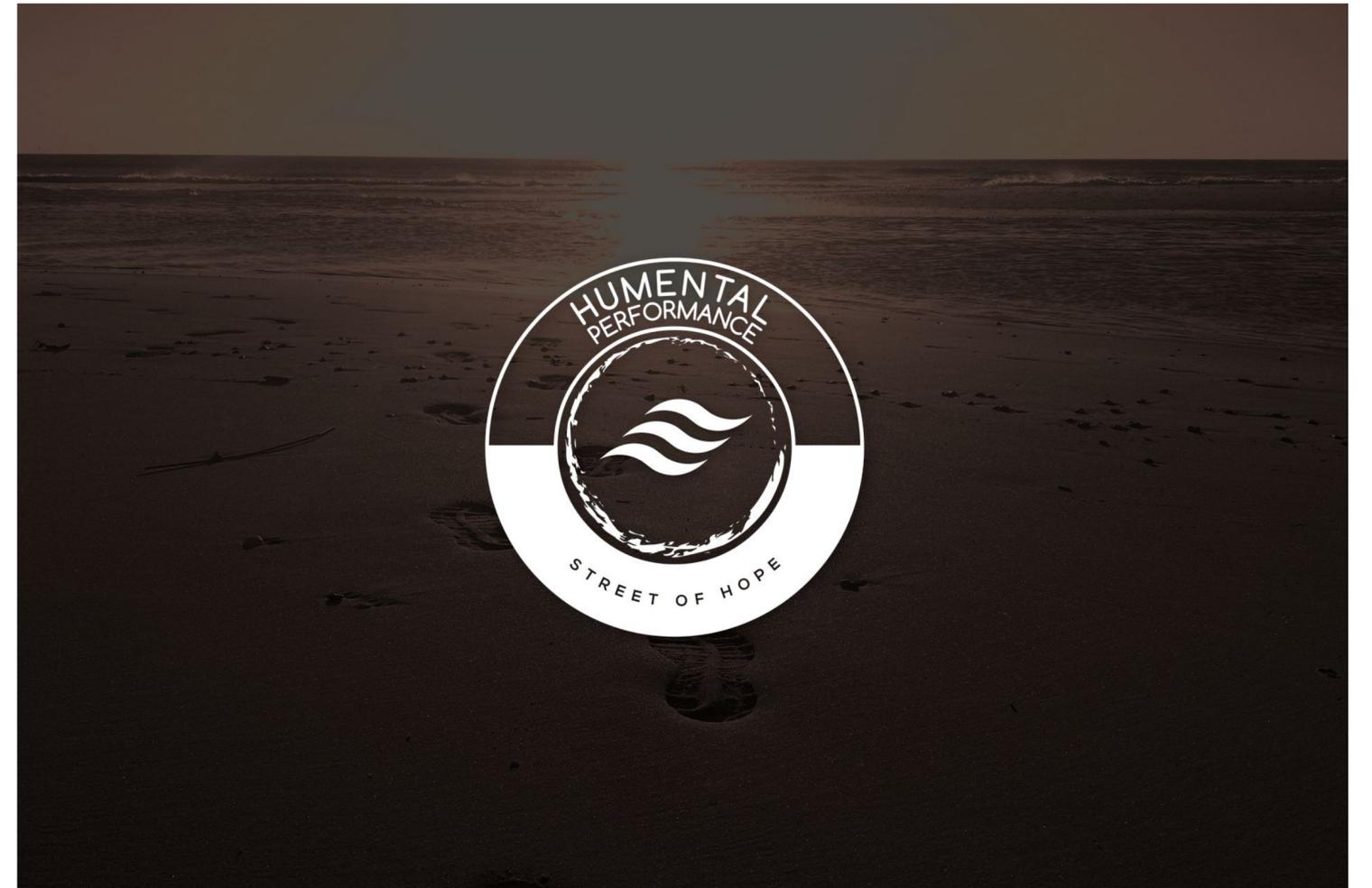
Les relaxations

2^{ème} JOUR

L'écoute

la réussite mentale

Techniques de récupération



Techniques de récupération

Notre Approche

Du concret et rien que du concret
avec un discours clair et intelligible sans
besoin de traduction pour s'associer
à vos réflexions.

Notre mission prioritaire: l'efficacité ...

Notre plan d'action en main va vous

permettre de le mettre en oeuvre...

avec nous et un suivi Masterclass en
s'appuyant sur notre vécu.

Pour votre performance, on vous
accompagne en partant de la discussion
jusqu'à la réalisation.

Être convaincu pour être convaincant ...



DURÉE

Une journée et une matinée



PRÉREQUIS

Aucun



PUBLIC

Entraîneurs, Managers,
Dirigeants...



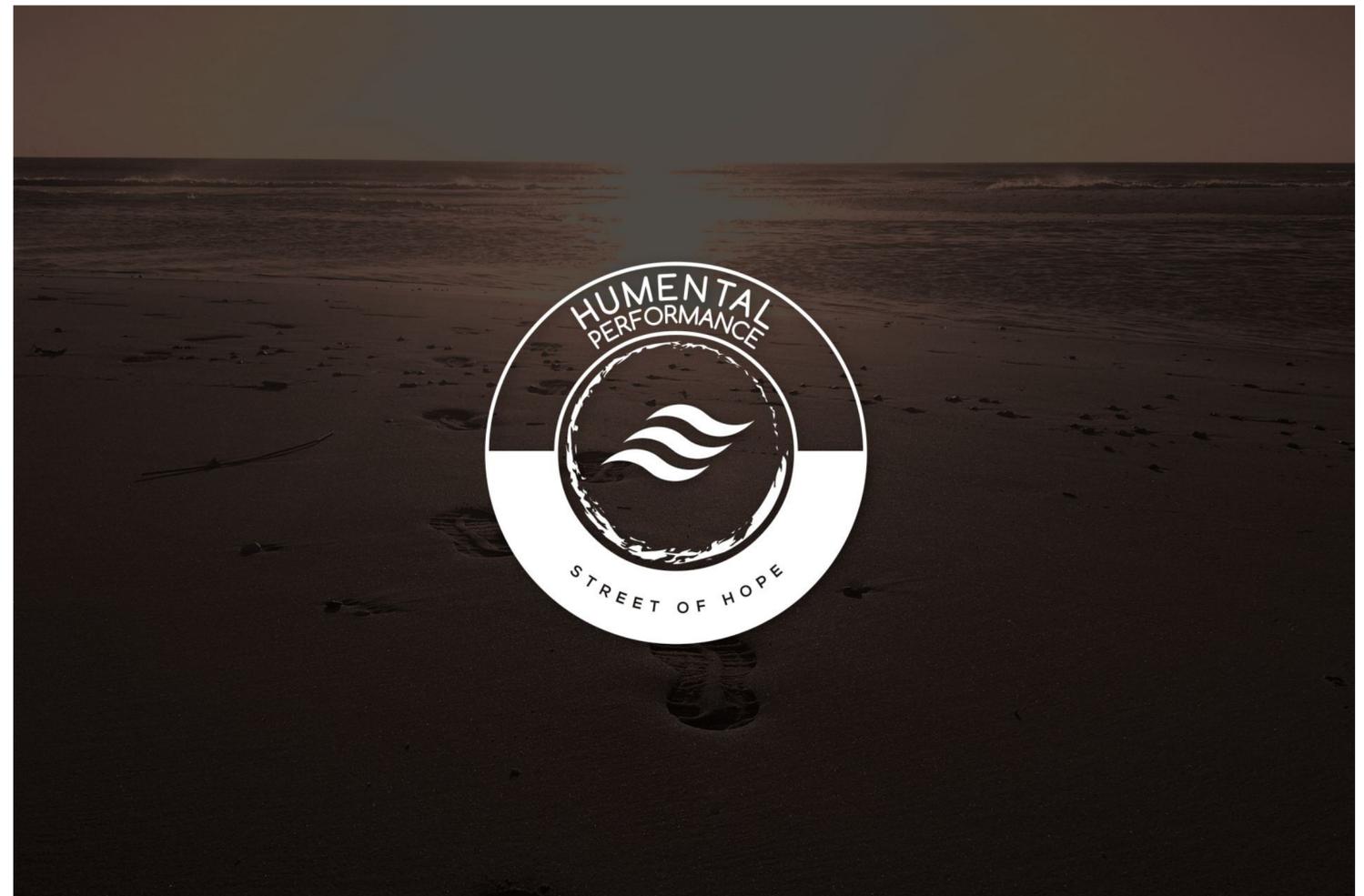
ACCESSIBILITÉ

Adaptabilité en fonction de
chacun



DÉLAIS D'ACCÈS

Nous consulter





Les modalités

Financières

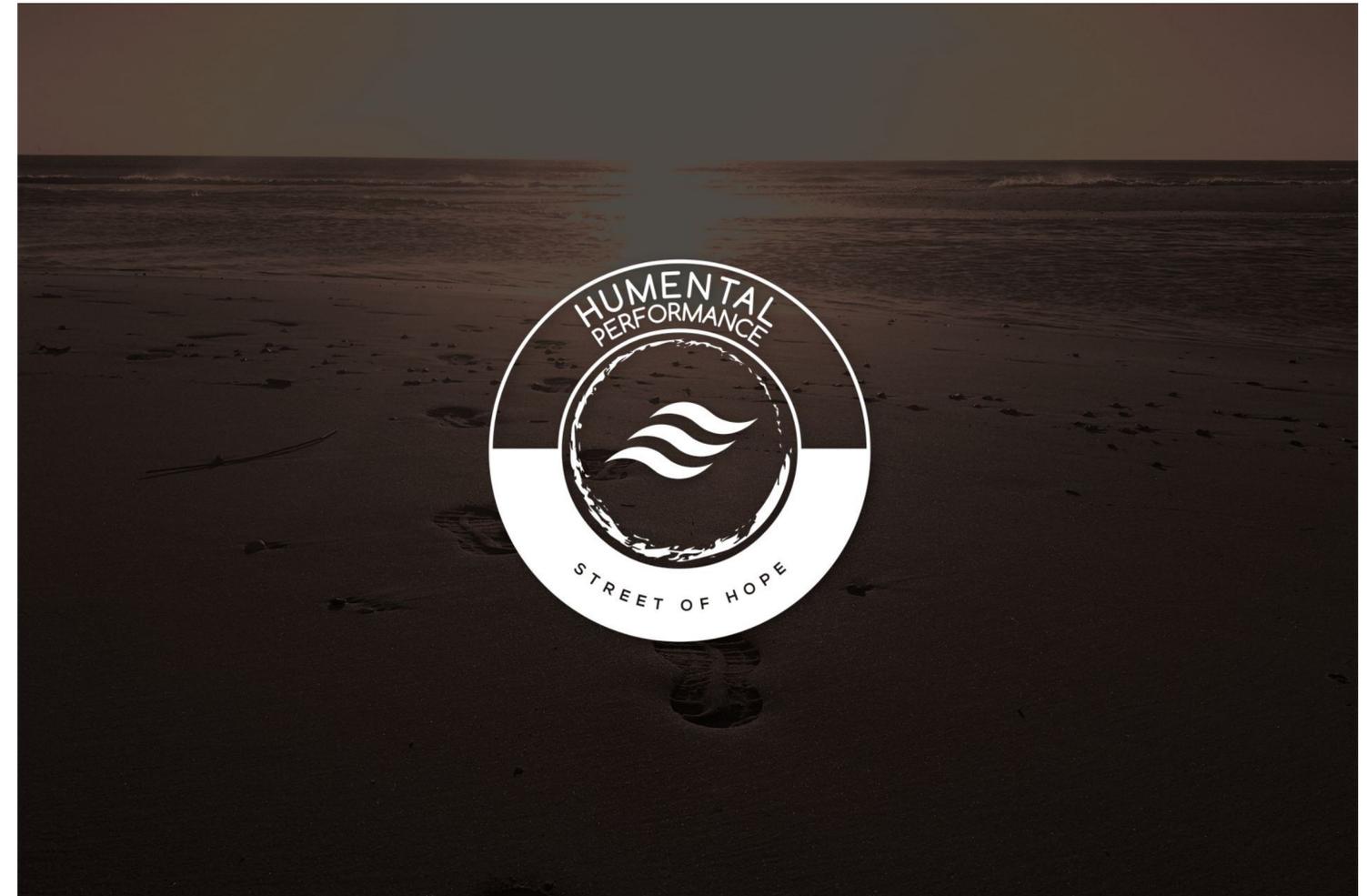
En attente d'une certification QUALIOP1, veuillez nous consulter pour les tarifs.

Pédagogiques

Nous privilégions l'aspect participatif dans l'apprentissage et l'accompagnement des compétences.

D'évaluation

Débriefing personnalisé durant la formation en présentiel sur les cas pratiques et les mises en situation.



PROGRAMME

Bloc 7



Être COACH





Le programme

1^{er} JOUR

Accompagner la personne

Coacher l'environnement

Coacher le comportement

Les valeurs et croyances

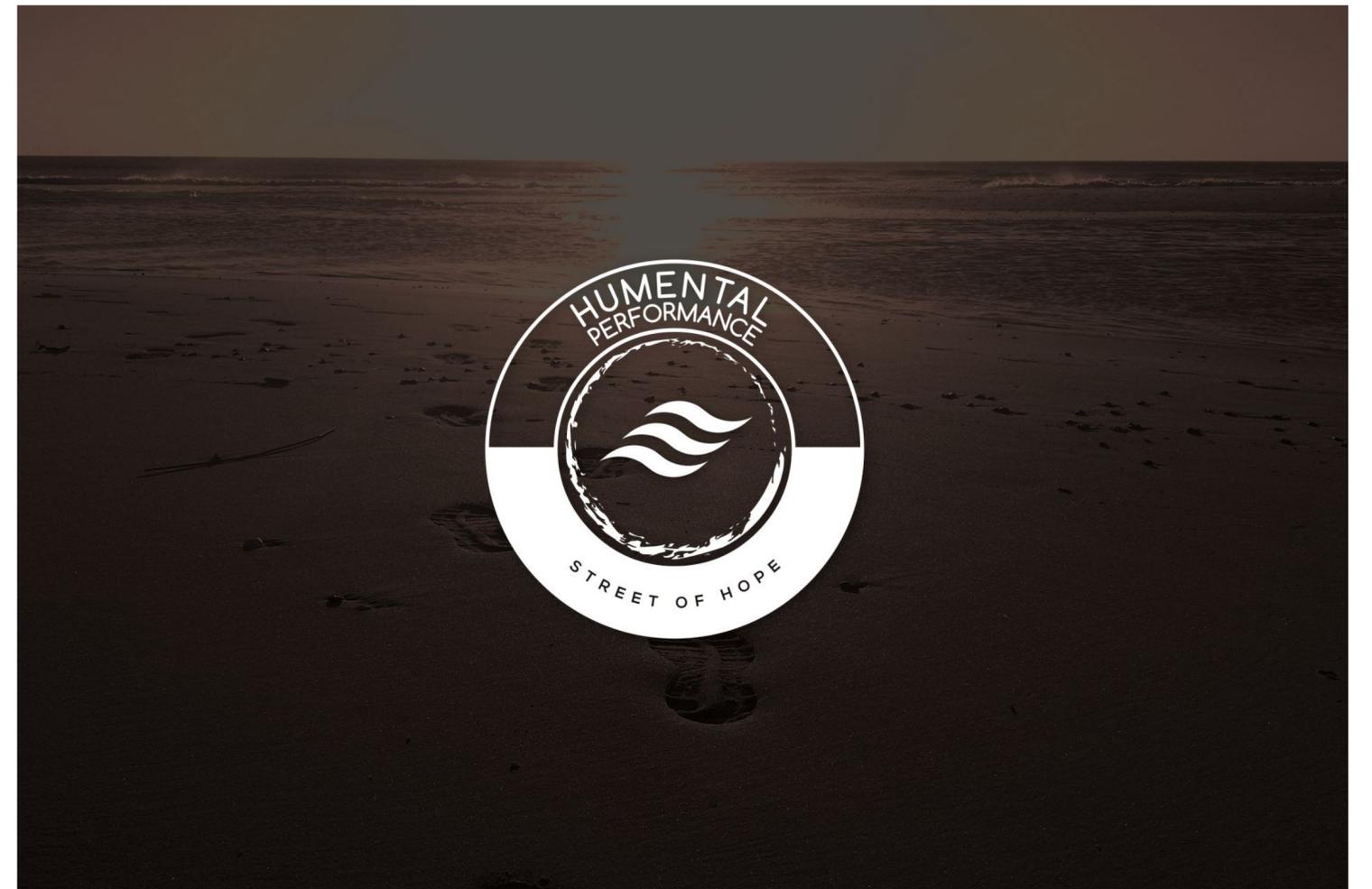
2^{ème} JOUR

L'identité

Le charisme

Au 3ème jour, clôture
de la promotion et
bilan, suivi d'activités
et de convivialités...

Être COACH



Être COACH

Notre Approche

Du concret et rien que du concret
avec un discours clair et intelligible sans
besoin de traduction pour s'associer
à vos réflexions.

Notre mission prioritaire: l'efficacité ...

Notre plan d'action en main va vous

permettre de le mettre en oeuvre...

avec nous et un suivi Masterclass en
s'appuyant sur notre vécu.

Pour votre performance, on vous
accompagne en partant de la discussion
jusqu'à la réalisation.

Être convaincu pour être convaincant ...



DURÉE

Une journée et une matinée



PRÉREQUIS

Aucun



PUBLIC

Entraîneurs, Managers,
Dirigeants...



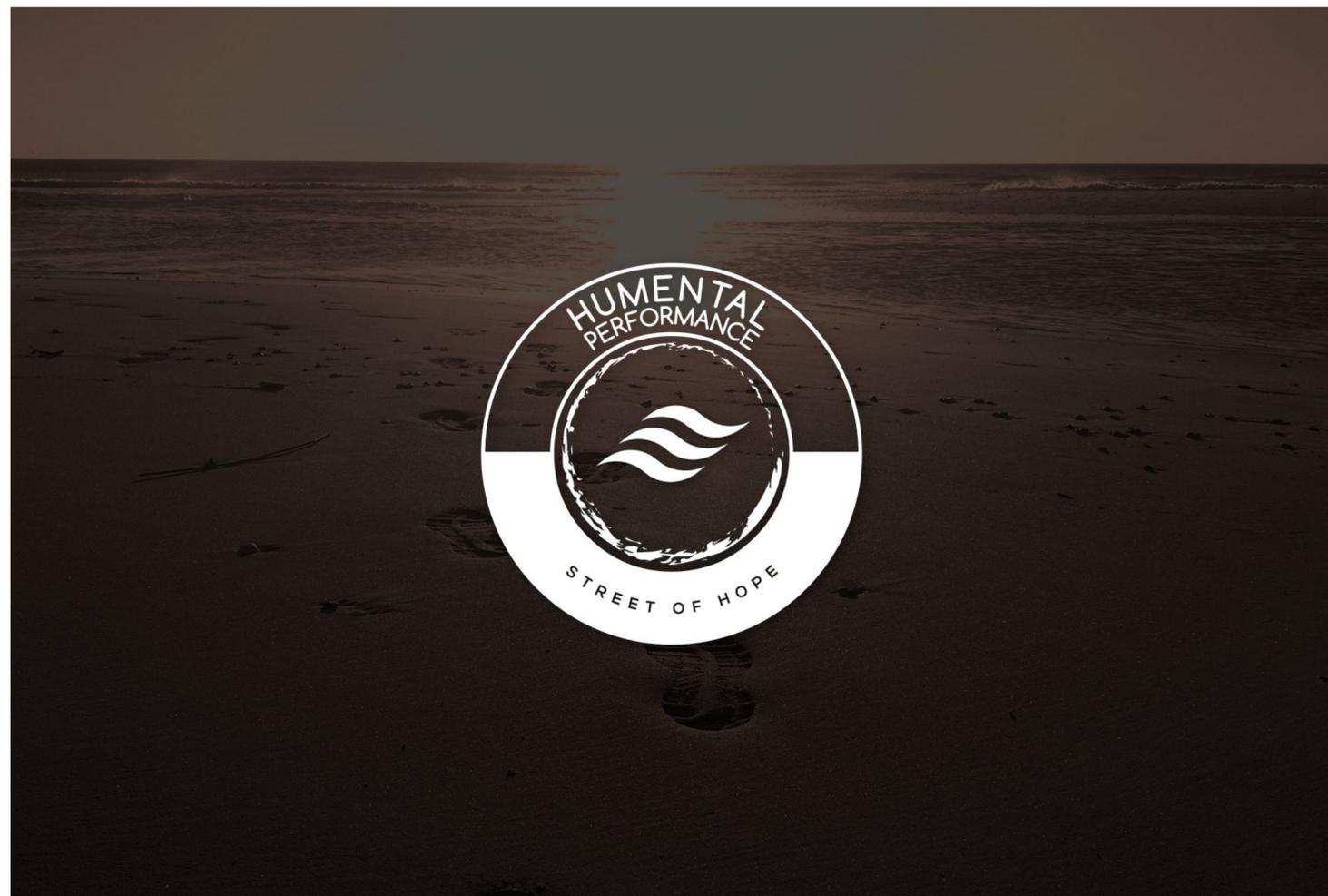
ACCESSIBILITÉ

Adaptabilité en fonction de
chacun



DÉLAIS D'ACCÈS

Nous consulter





Les modalités

Financières

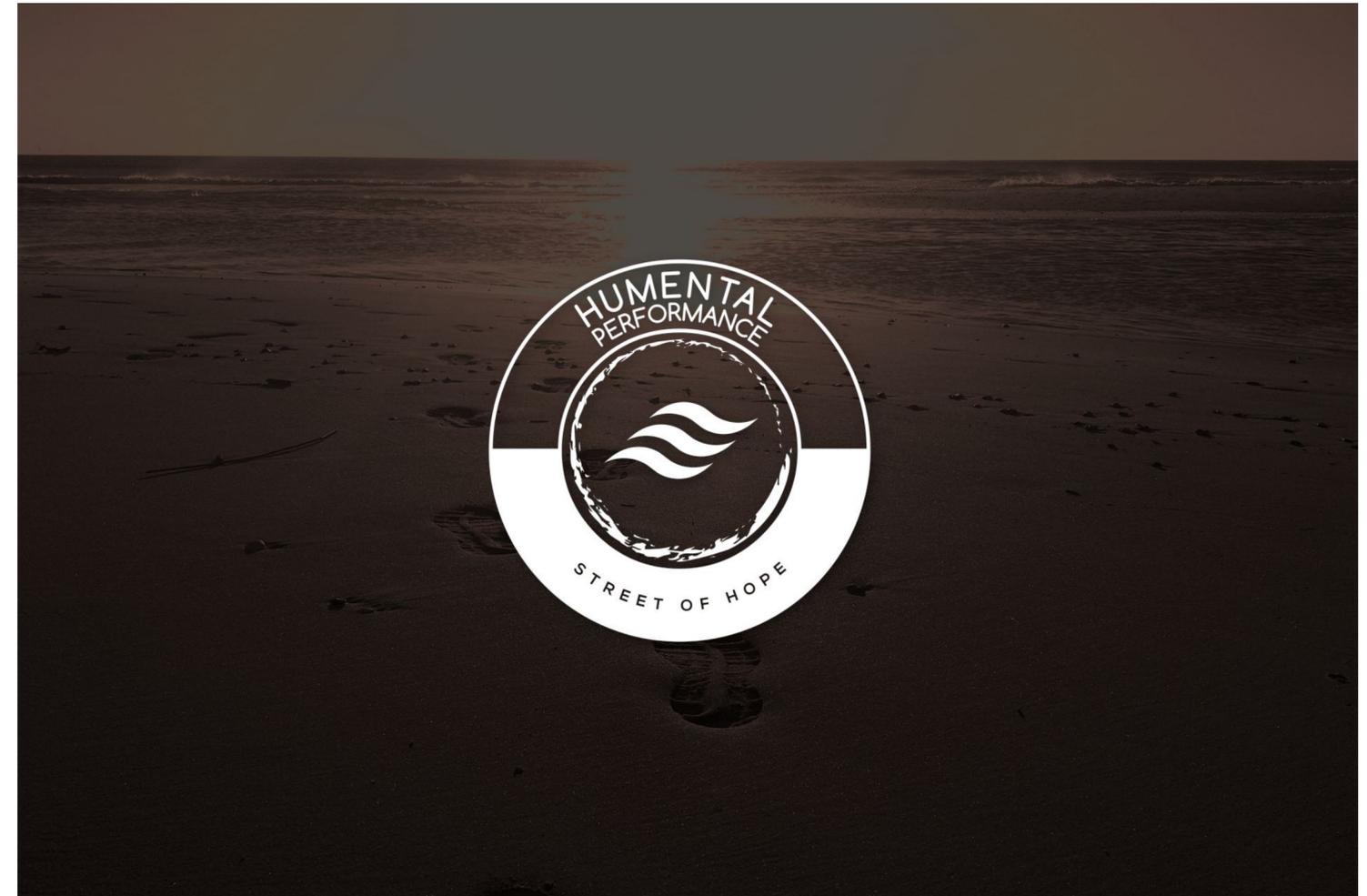
En attente d'une certification QUALIOPPI, veuillez nous consulter pour les tarifs.

Pédagogiques

Nous privilégions l'aspect participatif dans l'apprentissage et l'accompagnement des compétences.

D'évaluation

Débriefing personnalisé durant la formation en présentiel sur les cas pratiques et les mises en situation.





<https://www.humentalperformance.com>

