

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de cette formation, les participants seront capables de :

- Détecter succinctement les problématiques fonctionnelles courantes.
- Déterminer des tests d'évaluations cohérents.
- Être capable d'établir une prise en charge prophylactique.
- Programmer un cycle d'entraînement adapté et durable.

Public cible

Coachs sportifs
Préparateurs physiques

Durée

2 journées

Coût

334€ HT / participant

Délai d'accès

3 semaines

Méthodes pédagogiques

Présentation des pathologies courantes.
Évaluation diagnostique différentielle.
Hiérarchisation des méthodes.
Remise du support de cours en fin de session.

Modalités d'évaluation

Processus d'évaluation pratique.
Validation des acquis et de la cohérence pratique en fin de cursus.

Lieu de la formation

Au sein de nos locaux ou
dans une salle de formation

Personnes en situation de handicap



Contactez Mr Eric ALBERTO
privatecoachacademy@gmail.com

Nous contacter
privatecoachacademy@gmail.fr

PROGRAMME DE FORMATION

Accueil & Introduction

Module 1 : Physiopathologie pour le Coach

- Anatomie fonctionnelle : Rappels
- Les pathologies clés : Focus sur les pathologies courantes.
- Mécanismes de l'effort : Comment le cœur pathologique répond-il à la charge.

Module 2 : Stratégie de Bilan et Sécurisation

- Lecture du certificat médical : Comprendre les recommandations et limites fixées par le cardiologue.
- Analyse des traitements : Quels impacts?
- Tests de terrain : Mise en place de tests sous-maximaux

Module 3 : Méthodologie d'Entraînement Spécifique

- Travail cardio : Les protocoles adaptés.
- Renforcement musculaire : Gestion de la charge.

Module 4 : Gestion des urgences + cas pratiques

- Signes d'alerte : Reconnaître une douleur angineuse, une dyspnée anormale ou un malaise.
- Protocole d'urgence et aspects juridiques
- Atelier de programmation : Concevoir un cycle
- Évaluation finale : Quiz de validation des acquis.

Bilan & Échanges

