

DYNAMISER UN PLATEAU MUSCULATION

1 JOURNÉE

7 HEURES

100% PRÉSENTIEL

Description et objectifs opérationnels

Les plateaux de musculation ont un coût ! Comment exploiter au mieux cet espace onéreux pour une structure ?

En analysant objectivement son utilisation, mais également en engageant une vraie dynamique d'exploitation...

Cette formation vous apportera méthodes et recettes afin de correspondre à un grand nombre de populations mais également elle sera une vraie vitrine des services et prestations que vous mettrez à destination de vos adhérents.

Elle vous permettra d'élaborer dès votre retour en salle, une mise en œuvre opérationnelle et efficace.

Objectifs de la formation :

Cette formation apportera des précisions sur le plan réglementaire , elle vous permettra de cerner au mieux les besoins de vos adhérents. Elle sera un outil précieux pour optimiser l'utilisation de votre plateau . vous établirez un diagnostic qui vous permettra de construire une stratégie adaptée à vos besoins. Nous vous aiderons à concevoir des programmes attrayants et divertissants pour vos adhérents et élaborer des utilisations novatrices !

Publics visés

Les éducateurs sportifs
Les coachs ou personal trainers
(encadrant une pratique de musculation)
Gérant de structure de remise en forme

Pré-requis

Aucun pré-requis

Modalités pédagogiques

Alternance d'apport théorique et de mise situation pratique
Analyse de pratiques et retours d'expérience
Suivi de cours et travail en atelier

Programme de la formation

Apports théoriques : les aspects sécuritaires et réglementaires

Méthodologie de la communication et de l'information

Identification des différentes thématiques

Méthodologie de construction des ateliers

Pédagogie adaptée

Identification des interdits

Construction et mise en pratique des circuits

Construction personnalisée d'une action sur plateau

Supports pédagogiques

Plateau de musculation dédié à la formation

Documents remis

Livret de formation

Modalités d'évaluation

Evaluation des acquis et des connaissances
Mise en situation d'enseignement conduisant à la délivrance d'une attestation de formation

Formateur

Formateur PRAP

Formateur référent en Haltérophilie et Musculation

Equipement(s) et/ou matériel(s) à apporter pour suivre la formation

Tenue de sport

Matériel pour prise de notes.

Effectifs

Intra-entreprise

Inter-entreprise

Individuel

Durée, dates et coût de la formation

1 jour
7 heures

27
AOÛT 2020

150 €
Tarif inter

520 €
Tarif intra

Formation sur mesure
: sur demande à notre
conseiller de formation

Dispositif(s) de financement

Pour les salarié(e)s, formation éligible au Plan Conventionnel du Sport* et au Plan de Développement des Compétences.

*Pour les entreprises adhérentes à l'AFDAS
Autofinancement

Accessibilité de la formation



Locaux



Formation

Lieu(x) de formation

Centre Sportif de
Normandie, 14510 HOULGATE

S'INSCRIRE EN FORMATION !



Sébastien MONNIER

Votre conseiller en formation

06.37.90.40.84 - 02.31.15.69.19

competences@craf2s.fr

CRAF2S

SIRET : 52037450500037

Organisme déclaré sous le n°25140235814 auprès du Préfet de Région Normandie

Campus Effiscience - 1-3 rue Léopold Sédar Senghor - 14460 COLOMBELLES

02.31.15.69.19 contact@craf2s.fr

craf2s.fr

CRAF^{2S}
Sport & santé