

Formation HBX PRO COACH ELITE

Objectifs de la formation

Découvrir les clés d'enseignement et techniques avancées d'entraînement en personal training

Pour qui ?

Instructeurs fitness, enseignants d'éducation physique et sportive, Personal trainer, coach ou entraîneur sportif, éducateur sportif.

Pré-requis ?

Instructeurs fitness, enseignants d'éducation physique et sportive, Personal trainer, coach ou entraîneur sportif, éducateur sportif.

Durée : 1 jour

Total en heures : 8

Support Pédagogique :

Pour chaque stagiaire il est remis 1 manuel d'utilisation.

Suivi du stage

Assistance par email auprès du training manager David HURST : david@planet-fitness.fr

La formation HBX PRO COACH ELITE permet d'accéder au troisième niveau de qualification de personal Trainer HBX. Ce statut permet de faire passer ses compétences de coach à un niveau supérieur, de ravir ses clients et d'en séduire de nouveaux !

Déroulé de la formation :

JOUR 1 : 7 heures

09h00 Intro explication du module
 09h30 Travail sur carte de programmation
 10h00 Préparation aux épreuves
 10h30 Epreuves Etat du moment / Objectif / Etirements
 11h10 Préparation séquence de coaching
 11h25 Passage en situation : coaching d'exercices obligatoires 1
 12h15 Plans d'actions
 12h30 Validation marketing : qualité de votre CV en ligne
 14h00 Passage en situation : Facteurs de risque 1
 15h15 Passage en situation : coaching d'exercices obligatoires 2
 16h15 Passage en situation : Facteurs de risque 2
 17h15 Synthèse du plan d'action individuel
 18h00 Fin de journée

JOUR 1 : 7 heures

09h00 RECAP JOUR 1, validation d'acquis
 09h15 Techniques avancées en nutrition
 11h00 Techniques avancées en prise de masse et minceur
 12h30 Techniques avancées en Business et juridique
 14h00 Techniques avancées en communication : quel entraînement pour quel profil ?
 15h45 Partage des cas d'école : les meilleures pratiques en business
 16h15 Partage des cas d'école : les meilleurs résultats obtenus par vos clients
 16h45 Contrôle des acquis (QCM)
 17h00 Remise des certificat- Fin de journée

Contact

FITNESS TRAINING

145 rue Pierre Simon Laplace
 13290 AIX EN PROVENCE

Tél : +33(0)4 13 91 02 07

Fax : +33(0)4 42 91 02 81

E-mail : afuessinger@planet-fitness.fr