



STAGES DIRIGEANTS ET ENSEIGNANTS HIVER 2020

PREPARATION MENTALE Module perfectionnement Niveau 2

23 & 24 mars 2020

Du lundi 10 h au mardi 17 h

Avec Maxime Chataignier

Coach expert MT (méthode Target), Facilitateur élément humain, coaching et performance mentale, diplôme d'état JEPS, formé à la sophrologie, formé à l'analyse transactionnelle.

et Franck Larrey

Expert préparation Mentale auprès de la fédération française d'équitation, coach et performance mentale, Brevet d'état d'éducateur sportif spécialisé niveau 1 et 2 – UFR STAPS Font Romeu

- A qui s'adresse cette formation ? Aux enseignants **ayant suivi le module initiation** et qui souhaitent perfectionner leurs compétences et connaissances dans le domaine de la préparation mentale pour la pratique sportive et la compétition.
 - Objectifs de cette formation : Approfondir les techniques de préparation mentale afin de les mettre en œuvre lors de séances d'enseignement et lors de coaching en compétition. Connaître les mécanismes psychologiques qui permettent d'optimiser la performance.
 - Contenus de cette formation :
 - Comprendre les mécanismes de la réussite sportive.
 - Sensations, sentiments, émotions causes et conséquences des stratégies sportives. Approfondissement des différentes techniques mentales.
 - La place du « flow », de « l'état de grâce » dans la hiérarchie des niveaux de pratique.
 - La qualité de la relation entraîneur-entraîné dans son environnement.
 - Animer une séance pédagogique incluant une dimension de préparation mentale.
 - Que prévoir : Pensez à lister les questions qui se sont posées à vous dans ce domaine dans votre pratique d'enseignant ou d'entraîneur.
 - Tarif : 280 € pour le stage en pension complète au Parc Equestre.
- Prise en charge possible : VIVEA pour les chefs d'exploitation, OCAPIAT pour les salariés.

Contactez FFE Formation pour tout renseignement sur la formation, le financement, votre inscription, l'hébergement et la restauration.



Places limitées
Inscrivez-vous vite !



CONTACT :

FFE Formation

Parc Equestre Fédéral
41600 Lamotte

02 54 94 46 25
Justine.bouchet@ffe.com

