



total freestyle

FORMATION BOXE PERSONAL TRAINER FICHE PEDAGOGIQUE

DUREE : 2 jours 14h

PRIX : 360€ TTC

Formateur : Yannick De Buffrenil

Prérequis :

- Public visé : Homme / Femme professionnel de la remise en forme
- Titulaire d'un BP JEPS AF mention A et/ou B ou équivalent
- Les entraîneurs et animateurs sportifs affiliés à une Fédération
- En cas de handicap léger ou lourd, nous contacter pour évaluer la faisabilité de la formation

Objectifs pédagogiques:

- Pouvoir organiser une séance de coaching individualisé de boxe
- Maîtriser les fondamentaux de la boxe
- Améliorer la technique de chaque mouvement
- Création de combinaison ludique

Programme :

- Attentes et objectifs de chaque participant.
- Présentation générale de la Boxe
- Comprendre les mouvements de base
- Améliorer sa technique de placement
- Mise en pratique de l'enseignement
- Gestion du public
- Évaluation théorique certificative, à la fin de la formation.

Moyens :

Pédagogiques

- Des moyens pédagogiques et techniques variés mis en œuvre pour chacun des participants.(salle de formation, manuel de formation, matériel informatique etc.)
- Nos formateurs sont des professionnels spécialistes de la formation, reconnu pour leur savoir et leur pédagogie

D'exécutions

- Alternance d'exercices pratiques et théoriques en présentiel.

Suivi de l'exécution de l'action

- Fiche d'émargement au début de chaque demi-journée
- Attestation de présence

Évaluation et certification

- Validation de ce module par la réussite d'une mise en situation d'enseignement
- Remise d'un certificat de réussite en fin de formation