

Formation HBX PRISE EN CHARGE CLIENT (fondamentale)

Objectifs de la formation

Découvrir les clés et techniques d'enseignement, de communication et d'entraînement propres au personal training.

Pour qui ?

Instructeurs fitness, enseignants d'éducation physique et sportive, Personal trainer.

Durée : 2 jours

Total en heures : 14h

Méthode Pédagogique :

Pour chaque stagiaire il est remis 1 manuel d'utilisation et un accès aux ressources pédagogiques et commerciales sur internet.

Suivi du stage

Envoie d'un plan d'action personnalisé et de la certification. Assistance par email auprès du training manager David HURST : david@planet-fitness.fr

Pré requis :

Diplôme d'Educateur sportif (Brevet d'ETAT ou Fédéral) : copie à fournir avec votre inscription.

Cette formation va vous apporter toutes les clés d'entraînement, de coaching et de communication pour accompagner des clients en personal training, avec une séance d'essai type «booster». Avec l'affiliation HBX PERSONAL TRAINING vous avez accès à une base de ressources MARKETING : flyer, poster, Ebook et clip vidéo promotionnel, etc...

Déroulé de la formation :**JOUR 1 (7h00)**

- 09h00 Introduction et objectifs de formation
- 09h30 vision des compétences d'un excellent Personal Trainer
- 09h45 Masterclass séance d'essai
- 11h00 Mieux bouger : Homo sedentarius, bases physiologiques
- 11h30 Mieux bouger : Structure de la séance d'essai
- **12h00 Pause déjeuner**
- 13h00 Mieux entraîner : communication, séquence de coaching & pratique
- 15h00 Carte de programmation, Jeux de rôle ...
- 16h00 Passage en situation
- 16h15 Mieux vivre (partie 1)
- 16h30 Atelier individuel : conception d'une séance
- 16h45 Synthèse de la 1^{ère} journée
- **17h00 Fin du jour 1**

JOUR 2 (7h00)

- 09h00 Service client
- 09h30 Mieux vivre (partie 2) - Hygiène de vie
- 10h45 Passage en situation et feedback
- **12h45 Pause déjeuner**
- 13h45 Comment faire progresser ses compétences ?
- 14h30 Duo Training
- 15h15 Mieux programmer
- 16h15 Outils de suivi
- 16h30 Les réseaux sociaux du Coach
- 16h45 Feedback et plan d'action personnalisé
- **17h00 Fin du jour 2**

INSCRIPTION

Tél. : +33(0)4 42 91 54 14

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

E-mail : formation@planet-fitness.fr

DEMANDE DE PRISE EN CHARGE :

- Devis & plans de formation -

Tél. : +33(0)4 13 91 02 07

E-mail : pac@planet-fitness.fr