

Certificat Avancé

Entraînement Cycliste Professionnel

Approuvé par la NBA



tech université
technologique



Certificat Avancé

Entraînement Cycliste Professionnel

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: www.techtute.com/fr/sciences-du-sport/diplome-universite/diplome-universite-entrainement-cycliste-profesionnel

Sommaire

01

Présentation

page 4

02

Objectifs

page 8

03

Direction de la formation

page 12

04

Structure et contenu

page 16

05

Méthodologie

page 22

06

Diplôme

page 30

01

Présentation

Il n'y a pas de partie plus importante de la routine quotidienne d'un athlète que l'entraînement. Dans toute modalité ou discipline, un niveau adéquat de charge de travail doit être maintenu et les zones qui peuvent fournir la meilleure performance doivent être renforcées. Le cyclisme n'est pas étranger à cette dynamique, car c'est le travail des entraîneurs de concevoir une routine de travail cohérente et dynamique pour exploiter au maximum la puissance et les capacités du cycliste. Cette qualification est l'occasion idéale d'approfondir ce domaine, en tenant compte du *Power Profile* et des situations particulières auxquelles il faut faire face. Il n'y a pas de cours en face à face ni d'horaires fixes, ce qui vous laisse une totale liberté pour suivre les cours comme vous l'entendez.





“

Ce Certificat Avancé sera décisif dans votre carrière, vous donnant les clés de l'Entraînement Cycliste Professionnel au plus haut niveau"

La conception d'une bonne routine d'entraînement est essentielle au développement et à l'amélioration continue de chaque cycliste, non seulement pour continuer à améliorer sa technique, mais aussi pour maintenir sa forme, corriger d'éventuelles fautes et s'adapter aux différentes situations rencontrées sur la piste. L'architecte de cet élément fondamental de la performance sportive est le préparateur physique, qui doit avoir une connaissance approfondie des profils d'entraînement, du niveau d'intensité à appliquer et des métriques avancées pour mesurer la performance.

Sans ces connaissances, le préparateur physique est impuissant à planifier une routine d'entraînement au niveau d'exigence que requiert le cyclisme d'élite. C'est pour cette raison que TECH a créé ce Certificat Avancé en, où des experts avec une grande expérience et des carrières professionnelles dans des équipes cyclistes de haut niveau ont compilé les clés essentielles pour organiser des séances d'entraînement efficaces et complètes.

Ainsi, tout au long du programme, l'étudiant sera plongé dans des questions telles que l'entraînement cycliste en fonction de la catégorie, les stratégies de récupération, le Power Profile et le Power Management Chart, les méthodes de mesure de la force et la gestion des situations spéciales telles que la chaleur ou le *Jet Lag*. Le tout avec un matériel multimédia complet et de qualité, basé sur l'expérience des enseignants au fil des ans.

De plus, afin de faciliter au maximum l'adaptation du programme à tout type de travail ou de responsabilité personnelle, tout le matériel pédagogique est disponible en téléchargement sur le Campus virtuel. Tous les contenus sont accessibles depuis n'importe quel appareil disposant d'une connexion internet et peuvent être consultés et étudiés à tout moment.

Ce **Certificat Avancé en Entraînement Cycliste Professionnel** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- Le développement d'études de cas présentées par des experts en cyclisme et sport de haut niveau
- Le contenu graphique, schématique et éminemment pratique du cours fournit des informations avancées et concrètes sur les disciplines essentielles à la pratique professionnelle
- Des exercices pratiques permettant de réaliser le processus d'auto-évaluation afin d'améliorer l'apprentissage
- Il met l'accent sur les méthodologies innovantes
- Des cours théoriques, des questions à l'expert, des forums de discussion sur des sujets controversés et un travail de réflexion individuel
- La possibilité d'accéder aux contenus depuis n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet



Incorporez l'analyse de la performance, la distribution de l'intensité et la planification de la récupération les plus avancées dans votre propre méthodologie de travail"

“

Tous les contenus disponibles sur le Campus virtuel sont basés sur l'expérience professionnelle d'entraîneurs et de cyclistes d'élite, vous donnant un aperçu des séances d'entraînement les plus exigeantes"

Le corps enseignant du programme comprend une équipe de professionnels du secteur qui apportent l'expérience de leur travail à cette formation, ainsi que des spécialistes reconnus issus de grandes entreprises et d'universités prestigieuses.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel. Ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est basée sur l'Apprentissage par Problèmes. Ainsi l'étudiant devra essayer de résoudre les différentes situations de pratique professionnelle qui se présentent à lui tout au long du Certificat Avancé. Pour ce faire, vous disposerez d'un système vidéo interactif innovant créé par des experts reconnus.

Vous pourrez décider où, quand et comment assumer l'ensemble de la charge d'enseignement, sans devoir vous en tenir à des horaires préétablis ou à des cours en face à face.

Vous pourrez donner une solidité exceptionnelle à vos plans de formation grâce aux compétences que vous acquerrez en matière de périodisation et de conception des sessions.



02

Objectifs

L'objectif principal de ce Certificat Avancé est d'augmenter les compétences de l'entraîneur dans le domaine spécifique de l'entraînement cycliste professionnel. Pour cette raison, un accent particulier est mis sur l'expérience pratique des enseignants eux-mêmes, car de cette façon l'étudiant sera en mesure de contextualiser toutes les méthodologies et techniques acquises sur la base de l'environnement sportif cycliste le plus exigeant.





“

Porter vos compétences en matière de planification et de gestion de l'entraînement à un niveau supérieur grâce à la nature exhaustive du syllabus”



Objectifs généraux

- ♦ Comprendre les facteurs de performance du sport et, par conséquent, apprendre à évaluer les besoins spécifiques de chaque athlète
- ♦ Pouvoir planifier, périodiser et développer des programmes d'entraînement pour les cyclistes, en bref, qualifier les étudiants pour exercer la profession d'entraîneur
- ♦ Acquérir des connaissances spécifiques liées à la biomécanique du cyclisme
- ♦ Comprendre le fonctionnement des nouvelles applications utilisées dans la quantification des charges et la prescription de l'entraînement
- ♦ Comprendre les avantages de l'entraînement de la force et être capable de les appliquer à l'entraînement simultané
- ♦ Acquérir une spécialisation en nutrition orientée vers le cyclisme
- ♦ Comprendre le fonctionnement des structures cyclistes, ainsi que les modalités et les catégories de compétitions



Diriger les entraînements cyclistes les plus exigeants grâce à votre détermination et à votre sens de l'organisation"





Objectifs spécifiques

Module 1. Planification et programmation de l'entraînement cycliste

- ♦ Connaître et appliquer les différentes méthodes d'entraînement
- ♦ Apprendre à répartir les volumes et les intensités, en bref, à périodiser
- ♦ Être capable de concevoir des séances d'entraînement
- ♦ Étudier les charges d'entraînement des catégories inférieures, des amateurs, des professionnels et des maîtres

Module 2. Entraînement au cyclisme de puissance

- ♦ Acquérir des connaissances sur l'entraînement en puissance
- ♦ Aborder les différentes mesures nécessaires pour prescrire et quantifier l'entraînement en puissance
- ♦ S'initier à la modélisation de la performance

Module 3. L'entraînement de la force chez le cycliste

- ♦ Comprendre le concept de Velocity Based Training et sa relation avec le caractère de l'effort
- ♦ Aborder les différents appareils disponibles sur le marché pour l'entraînement basé sur la vélocité
- ♦ Étudier les avantages de l'entraînement simultané

Module 4. Situations spéciales dans l'entraînement cycliste

- ♦ Apprendre à différencier les différentes situations défavorables qui affectent la performance
- ♦ Développer et appliquer des stratégies pour optimiser la performance dans des situations défavorables

03

Direction de la formation

Tous les enseignants choisis par TECH pour la préparation de ce Certificat Avancé ont accumulé une grande expérience dans le cyclisme au plus haut niveau. Ainsi, toutes leurs contributions, clés et techniques sont axées sur les cyclistes les plus compétitifs, donnant à l'entraîneur une approche scientifique et pratique avec laquelle il peut améliorer sa propre planification et organisation des séances d'entraînement de manière distinctive.



“

*Vous disposerez des meilleurs conseils
et de la meilleure méthodologie de
travail, testés dans les compétitions
cyclistes les plus prestigieuses”*

Direction



M. Sola, Javier

- ◆ Directeur général de Training4ll
- ◆ Entraîneur de l'équipe WT UAE
- ◆ Chef de la performance de l'équipe féminine Massi Tactic UCI
- ◆ Spécialiste en biomécanique chez Jumbo Visma UCI WT
- ◆ Conseiller WKO pour les équipes cyclistes du World Tour
- ◆ Formateur chez Coaches4coaches
- ◆ Professeur associé à l'Université Loyola
- ◆ Diplômé en sciences de l'activité physique et du sport de l'Université de Séville
- ◆ Diplôme de troisième cycle en sports cyclistes de haute performance de l'université de Murcie
- ◆ Directeur sportif de niveau III
- ◆ Nombreuses médailles olympiques et médailles aux championnats d'Europe, aux coupes du monde et aux championnats nationaux

Professeurs

M. Artetxe Gezuraga, Xabier

- ♦ Responsable de la performance de l'équipe WT Ineos Grenadier
- ♦ Enseignant et directeur d'événements de l'entreprise Fundación Ciclista Euskadi
- ♦ Entraîneur des équipes WT Movistar, SKY et Ineos Grenadier
- ♦ Directeur sportif et entraîneur de Seguros Bilbao, Caja Rural, Euskaltel Development Team
- ♦ Entraîneur de vainqueurs de grands tours, de championnats du monde, de médailles olympiques et de championnats nationaux
- ♦ Formateur chez Coaches4coaches
- ♦ Maîtrise en haute performance en biomédecine
- ♦ Certificat de directeur sportif de niveau World Tour (directeur sportif UCI)
- ♦ Directeur sportif de niveau III

M. Celdrán, Raúl

- ♦ Directeur général de Natur Training System
- ♦ Responsable de la nutrition de l'équipe ProConti de Burgos BH
- ♦ Responsable de la performance de l'équipe professionnelle de VTT Klimatiza Team
- ♦ Formateur chez Coaches4coaches
- ♦ Diplômé en pharmacie de l'université d'Alcalá
- ♦ Maîtrise en nutrition, obésité et haute performance dans les sports cycliques de l'Université de Navarre

M. Moreno Morillo, Aner

- ♦ Responsable des performances de l'équipe nationale de cyclisme du Koweït
- ♦ Assistant de l'équipe Euskaltel-Euskadi ProConti
- ♦ Diplômé en sciences de l'activité physique et du sport de l'Université Isabel I
- ♦ Maîtrise en recherche CAFD de l'Université européenne
- ♦ Maîtrise en sport cycliste de haut niveau de l'Université de Murcie
- ♦ Directeur sportif national de niveau III

M. Heijboer, Mathieu

- ♦ Responsable des performances de l'équipe WT Jumbo-Visma
- ♦ Entraîneur de cyclistes de haut niveau
- ♦ Ancien cycliste professionnel
- ♦ Diplômé en CAFD

M. Iriberry, Jon

- ♦ Directeur général de Custom4us
- ♦ Chef de la biomécanique chez WT Jumbo Team Visma
- ♦ Responsable de la biomécanique au sein de l'équipe Movistar
- ♦ Chargé de cours au Centre mondial de l'UCI
- ♦ Diplômé en sciences de l'activité physique et du sport de l'Université du Pays basque
- ♦ Master en haute performance de l'Université d'État du Colorado, États-Unis

04

Structure et contenu

Compte tenu de la charge d'enseignement élevée qu'un diplôme présentant ces caractéristiques peut impliquer, TECH a développé tout le matériel d'enseignement sur la base de la méthodologie pédagogique du *Relearning*. Cela signifie que l'enseignement est totalement progressif et naturel, sans que l'étudiant ait à investir un nombre démesuré d'heures d'étude. De cette manière, vous perfectionnerez votre propre technique de formation tout au long du programme et pourrez intégrer les compétences acquises dans votre propre travail avant même la fin du programme.





“

Profitez de tout le matériel multimédia de haute qualité que vous trouverez sur le Campus virtuel, y compris des résumés interactifs et des vidéos détaillées créées par les enseignants eux-mêmes”

Module 1. Planification et programmation de l'entraînement cycliste

- 1.1. Méthodes d'entraînement cycliste
 - 1.1.1. Continu (uniforme et variable)
 - 1.1.2. Entraînement par intervalles
 - 1.1.3. Fractionné: répétitions
- 1.2. Répartition de l'intensité
 - 1.2.1. Formes de distribution
 - 1.2.2. Pyramidal
 - 1.2.3. Polarisé
- 1.3. Périodisation
 - 1.3.1. Traditionnel
 - 1.3.2. Par blocs
 - 1.3.3. Inverse
- 1.4. Stratégies de récupération
 - 1.4.1. Actif
 - 1.4.2. Passive
 - 1.4.3. Moyens de récupération
- 1.5. Conception des séances d'entraînement cycliste
 - 1.5.1. Échauffement
 - 1.5.2. Partie principale
 - 1.5.3. Retour au calme
- 1.6. Renforcement des capacités
 - 1.6.1. Amélioration de la VT1
 - 1.6.2. Amélioration de la VT2
 - 1.6.3. Amélioration de la VO2 Max
 - 1.6.4. Amélioration de la PMax et de la capacité anaérobie
- 1.7. Développement du cycliste à long terme
 - 1.7.1. Apprendre à s'entraîner
 - 1.7.2. Apprendre à concourir
 - 1.7.3. S'entraîner à la compétition
- 1.8. Former le maître cycliste
 - 1.8.1. Exigences compétitives des courses masters
 - 1.8.2. Calendrier des compétitions
 - 1.8.3. Répartition de la charge

- 1.9. Entraînement du cycliste U-23
 - 1.9.1. Les exigences de la compétition
 - 1.9.2. Calendrier des compétitions
 - 1.9.3. Répartition des charges
- 1.10. Formation du cycliste professionnel
 - 1.10.1. Les exigences de la compétition
 - 1.10.2. Calendrier des compétitions
 - 1.10.3. Répartition des charges

Module 2. Entraînement cycliste par puissance

- 2.1. Qu'est-ce que la puissance?
 - 2.1.1. Définition
 - 2.1.2. Qu'est-ce qu'un W?
 - 2.1.3. Qu'est-ce qu'un Joule?
- 2.2. Compteurs de puissance
 - 2.2.1. Fonctionnement des compteurs
 - 2.2.2. Types
 - 2.2.3. Dual
 - 2.2.4. Pseudodual
- 2.3. Qu'est-ce que le FTP?
 - 2.3.1. Définition
 - 2.3.2. Méthodes d'estimation
 - 2.3.3. Application à la formation
- 2.4. Détermination des forces
 - 2.4.1. Analyse de la concurrence
 - 2.4.2. Analyse des données
- 2.5. Profil de puissance
 - 2.5.1. Profil de puissance classique
 - 2.5.2. Profil d'alimentation avancé
 - 2.5.3. Essai de profil de puissance
- 2.6. Surveillance des performances
 - 2.6.1. Qu'est-ce que la performance?
 - 2.6.2. Surveillance des MMP
 - 2.6.3. Surveillance des paramètres physiologiques

- 2.7. Tableau de gestion de l'énergie (PMC)
 - 2.7.1. Surveillance de la charge externe
 - 2.7.2. Surveillance de la charge interne
 - 2.7.3. Intégration de tous les systèmes
 - 2.8. Métriques
 - 2.8.1. CP
 - 2.8.2. FRC/W'
 - 2.8.3. PMax
 - 2.8.4. *Stamina/Durability*
 - 2.9. Résistance à la fatigue
 - 2.9.1. Définition
 - 2.9.2. Basée sur le kJ
 - 2.9.3. Basé sur le kJ/kg
 - 2.10. *Pacing*
 - 2.10.1. Définition
 - 2.10.2. Valeurs normatives pour les épreuves contre la montre
 - 2.10.3. Logiciel d'estimation
- Module 3. L'entraînement de la force chez le cycliste**
- 3.1. Introduction à la force
 - 3.1.1. Définition
 - 3.1.2. Concepts relatifs à l'expression de la force
 - 3.1.3. Force et cyclisme
 - 3.2. Bénéfices de l'entraînement de la force chez le cycliste
 - 3.2.1. Adaptation moléculaire et physiologique
 - 3.2.2. Adaptations neuronales
 - 3.2.3. Amélioration de l'efficacité
 - 3.2.4. Amélioration de la composition corporelle
 - 3.3. Méthodes de mesure de la force
 - 3.3.1. Systèmes de mesure linéaire
 - 3.3.2. Dynamomètre
 - 3.3.3. Plates-formes de force et de contact
 - 3.3.4. Plates-formes optiques et applications
 - 3.4. RM
 - 3.4.1. Concept des RM
 - 3.4.2. Concept des NRM
 - 3.4.3. Concept de caractère d'effort
 - 3.5. Vitesse d'exécution
 - 3.5.1. La CE définie par la vitesse d'exécution
 - 3.5.2. Évaluation de la force isoinertielle
 - 3.5.3. Courbe force/vitesse/puissance
 - 3.6. Planification et programmation de l'entraînement de la force
 - 3.6.1. Programmation de la force
 - 3.6.2. Programmation d'un exercice
 - 3.6.3. Programmation d'une séance
 - 3.7. Entraînement de la force sur le vélo
 - 3.7.1. Démarrage
 - 3.7.2. *Sprints*
 - 3.7.3. Travail neuromusculaire
 - 3.7.4. Le travail du couple est-il équivalent à l'entraînement de la force?
 - 3.8. Entraînement cycliste simultané
 - 3.8.1. Définition
 - 3.8.2. Stratégies pour maximiser les adaptations
 - 3.8.3. Avantages et inconvénients
 - 3.9. Exercices recommandés
 - 3.9.1. Généralités
 - 3.9.2. Spécifique
 - 3.9.3. Exemple de session
 - 3.10. Formation de *base*
 - 3.10.1. Définition
 - 3.10.2. Bénéfices
 - 3.10.3. Exercices de mobilité
 - 3.10.4. Types d'exercices

Module 4. Situations spéciales dans l'entraînement cycliste

- 4.1. Chaleur
 - 4.1.1. Performance en cas de chaleur
 - 4.1.2. Réponses à l'entraînement et protocoles d'adaptation
 - 4.1.3. Chaleur humide contre chaleur sèche
 - 4.1.4. Stratégies de promotion des avantages
- 4.2. L'altitude
 - 4.2.1. Performances et altitude
 - 4.2.2. *Responders* et non- *responders*
 - 4.2.3. Avantages de l'altitude
- 4.3. *S'entraîner en altitude et vivre en altitude*
 - 4.3.1. Définition
 - 4.3.2. Avantages
 - 4.3.3. Inconvénients
- 4.4. *Vivre à un rythme élevé et s'entraîner à un rythme faible*
 - 4.4.1. Définition
 - 4.4.2. Avantages
 - 4.4.3. Inconvénients
- 4.5. *Live High-Compete High*
 - 4.5.1. Définition
 - 4.5.2. Avantages
 - 4.5.3. Inconvénients
- 4.6. Hypoxie
 - 4.6.1. Définition
 - 4.6.2. Avantages
 - 4.6.3. Inconvénients





- 4.7. Hypoxie intermittente
 - 4.7.1. Définition
 - 4.7.2. Avantages
 - 4.7.3. Inconvénients
- 4.8. Pollution atmosphérique
 - 4.8.1. Pollution et performances
 - 4.8.2. Stratégies d'adaptation
 - 4.8.3. Inconvénients de la formation
- 4.9. *Jet Lag* et performances
 - 4.9.1. *Jet Lag* et performances
 - 4.9.2. Stratégies d'adaptation
 - 4.9.3. Supplémentation
- 4.10. Adaptabilité aux changements nutritionnels
 - 4.10.1. Définition
 - 4.10.2. Perte de rendement
 - 4.10.3. Supplémentation

“

Vous pourrez poursuivre vos recherches et approfondir votre intérêt pour les sujets qui vous intéressent le plus grâce aux multiples lectures complémentaires proposées”

05 Méthodologie

Ce programme propose une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: **Le Relearning**.

Ce système d'enseignement s'utilise, notamment, dans les écoles de médecine les plus prestigieuses du monde et a été considéré comme l'un des plus efficaces par des publications de premier plan telles que le **New England Journal of Medicine**.





“

Découvrez Relearning, un système qui renonce à l'apprentissage linéaire conventionnel pour vous emmener à travers des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui s'est avérée extrêmement efficace, en particulier dans les matières qui exigent la mémorisation”

À TECH, nous utilisons la méthode des cas

Le programme offre une méthode révolutionnaire de développement des compétences et des connaissances. Notre objectif est de renforcer les compétences dans un contexte changeant, compétitif et hautement exigeant.

“

Avec TECH, vous pourrez découvrir une façon d'apprendre qui fait avancer les fondations des universités traditionnelles du monde entier”



Vous bénéficierez d'un système d'apprentissage basé sur la répétition, avec un enseignement naturel et progressif sur l'ensemble du cursus.



L'étudiant apprendra, par des activités collaboratives et des cas réels, à résoudre des situations complexes dans des environnements commerciaux réels.

Une méthode d'apprentissage innovante et différente

Cette formation TECH est un programme d'enseignement intensif, créé de toutes pièces, qui propose les défis et les décisions les plus exigeants dans ce domaine, tant au niveau national qu'international. Grâce à cette méthodologie, l'épanouissement personnel et professionnel est stimulé, faisant ainsi un pas décisif vers la réussite. La méthode des cas, technique qui constitue la base de ce contenu, permet de suivre la réalité économique, sociale et professionnelle la plus actuelle.

“*Nous sommes la seule université en ligne qui propose des documents de Harvard comme matériel pédagogique dans ses cours*”

La méthode des cas a été le système d'apprentissage le plus utilisé par les meilleures facultés du monde. Développée en 1912 à Harvard pour que les étudiants en Droit n'apprennent pas uniquement sur la base d'un contenu théorique, la méthode des cas consistait à leur présenter des situations réelles complexes pour que les apprenants s'entraînent à les résoudre et à prendre des décisions. En 1924, elle a été établie comme méthode d'enseignement standard à Harvard.

Face à une situation donnée, que doit faire un professionnel? C'est la question à laquelle nous vous confrontons dans la méthode des cas, une méthode d'apprentissage orientée vers l'action. Tout au long du programme, vous serez confronté à de multiples cas réels. Ils devront intégrer toutes leurs connaissances, faire des recherches, argumenter et défendre leurs idées et leurs décisions.

Relearning Methodology

TECH combine efficacement la méthodologie des études de cas avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition, qui associe 8 éléments didactiques différents dans chaque leçon.

Nous enrichissons l'Étude de Cas avec la meilleure méthode d'enseignement 100% en ligne: le Relearning.

En 2019, nous avons obtenu les meilleurs résultats d'apprentissage de toutes les universités en ligne du monde.

À TECH, vous apprenez avec une méthodologie de pointe conçue pour former les managers du futur. Cette méthode, à la pointe de la pédagogie mondiale, est appelée Relearning.

Notre université est la seule université hispanophone autorisée à utiliser cette méthode efficace. En 2019, nous avons réussi à améliorer les niveaux de satisfaction globale de nos étudiants (qualité de l'enseignement, qualité des supports, structure des cours, objectifs...) par rapport aux indicateurs de la meilleure université en ligne.





Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire, mais se déroule en spirale (apprendre, désapprendre, oublier et réapprendre). Par conséquent, chacun de ces éléments est combiné de manière concentrique. Cette méthodologie a permis de former plus de 650.000 diplômés universitaires avec un succès sans précédent dans des domaines aussi divers que la biochimie, la génétique, la chirurgie, le droit international, les compétences en gestion, les sciences du sport, la philosophie, le droit, l'ingénierie, le journalisme, l'histoire, les marchés financiers et les instruments. Tout cela dans un environnement très exigeant, avec un corps étudiant universitaire au profil socio-économique élevé et dont l'âge moyen est de 43,5 ans.

Le Relearning vous permettra d'apprendre plus facilement et de manière plus productive tout en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant des opinions: une équation directe vers le succès.

D'après les dernières données scientifiques dans le domaine des neurosciences, non seulement nous savons comment organiser les informations, les idées, les images et les souvenirs, mais nous savons aussi que le lieu et le contexte dans lesquels nous avons appris quelque chose sont fondamentaux pour notre capacité à nous en souvenir et à le stocker dans l'hippocampe, pour le conserver dans notre mémoire à long terme.

De cette façon, et dans ce que l'on appelle Neurocognitive context-dependent e-learning les différents éléments de notre programme sont liés au contexte dans lequel le participant développe sa pratique professionnelle.

Ce programme offre le meilleur matériel pédagogique, soigneusement préparé pour les professionnels:



Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui enseignent les cours. Ils ont été conçus en exclusivité pour la formation afin que le développement didactique soit vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH en ligne. Tout cela, élaboré avec les dernières techniques afin d'offrir des éléments de haute qualité dans chacun des supports qui sont mis à la disposition de l'apprenant.



Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert.

La méthode "Learning from an Expert" renforce les connaissances et la mémoire, et donne confiance dans les futures décisions difficiles.



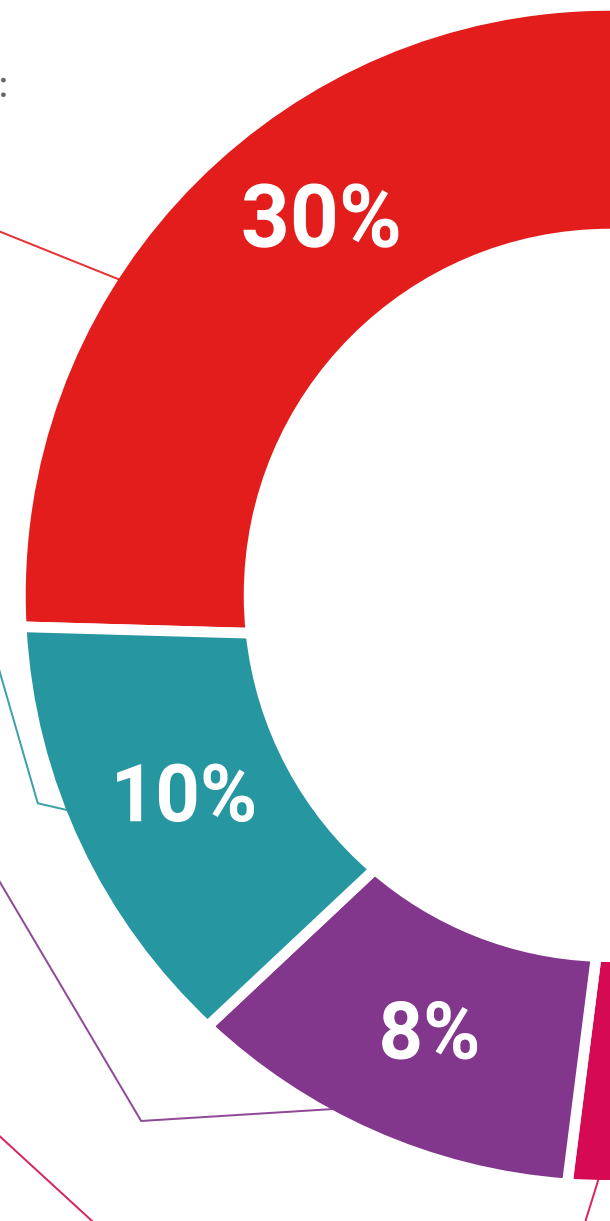
Pratique des aptitudes et des compétences

Ils réaliseront des activités visant à développer des compétences et des aptitudes spécifiques dans chaque domaine. Pratiques et dynamiques pour acquérir et développer les compétences et les capacités qu'un spécialiste doit développer dans le cadre de la mondialisation dans laquelle nous vivons.



Bibliographie complémentaire

Articles récents, documents de consensus et directives internationales, entre autres. Dans la bibliothèque virtuelle de TECH, l'étudiant aura accès à tout ce dont il a besoin pour compléter sa formation.





Case Studies

Ils réaliseront une sélection des meilleures études de cas choisies spécifiquement pour ce diplôme. Des cas présentés, analysés et tutorés par les meilleurs spécialistes de la scène internationale.



Résumés interactifs

Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

Ce système éducatif unique pour la présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story".



Testing & Retesting

Les connaissances de l'étudiant sont périodiquement évaluées et réévaluées tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation, afin que l'étudiant puisse vérifier comment il atteint ses objectifs.



06 Diplôme

Le Certificat Avancé en Entraînement Cycliste Professionnel garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un Certificat Avancé en délivré par la TECH Université Technologique.





“

Terminez ce programme avec succès et recevez votre diplôme sans avoir à vous soucier des voyages ou de la paperasserie”

Ce **Certificat Avancé en Entraînement Cycliste Professionnel** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

Après avoir réussi l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier postal* avec accusé de réception son correspondant diplôme de **Certificat Avancé** délivré par **TECH Université Technologique**.

Le diplôme délivré par **TECH Université Technologique** indiquera la note obtenue lors du Certificat Avancé, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Certificat Avancé en Entraînement Cycliste Professionnel**

N° d'heures officielles: **600 h.**

Approuvé par la NBA



*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH EDUCATION fera les démarches nécessaires pour son obtention moyennant un coût supplémentaire.



Certificat Avancé
Entraînement Cycliste
Professionnel

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Certificat Avancé

Entraînement Cycliste Professionnel

Approuvé par la NBA



tech université
technologique