

Mastère Spécialisé Coach Sportif

Approuvé par la NBA





Mastère Spécialisé Coach Sportif

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 12 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: www.techtitute.com/fr/sciences-du-sport/master/master-coach-sportif

Sommaire

01

Présentation

page 4

02

Objectifs

page 8

03

Compétences

page 14

04

Direction de la formation

page 18

05

Structure et contenu

page 22

06

Méthodologie

page 38

07

Diplôme

page 46

01

Présentation

Dans la société actuelle, nous sommes plongés dans une véritable quête de la perfection dans laquelle l'état du corps joue un rôle fondamental. Mais, au-delà du simple aspect esthétique, la condition physique joue un rôle déterminant dans l'état de santé. Cela a conduit de plus en plus de personnes à trouver dans les salles de sport le moyen d'améliorer leur condition physique et de plus en plus de ces établissements ont besoin de personnel qualifié pour travailler comme coach sportif. Dans cette optique, ce programme académique a été conçu pour former des professionnels des Sciences du Sport qui pourront travailler dans ce domaine passionnant avec la garantie de posséder le plus haut niveau de connaissances et de compétences. TECH démontre ainsi son engagement à rester à l'avant-garde et à répondre aux besoins du marché du travail avec la plus haute qualité et excellence.





“

Avec ce Mastère Spécialisé, vous allez non seulement vous améliorer en tant que professionnel, mais aussi contribuer à un monde plus sain en promouvant des pratiques positives en tant que Coach Sportif”

Le monde du fitness a connu une évolution croissante au cours des dernières décennies. Dans la société de l'image, de plus en plus de personnes cherchent à atteindre des normes physiques pour lesquelles l'exercice physique est fondamental. C'est pourquoi les salles de sport sont de plus en plus fréquentées par des utilisateurs déterminés à améliorer leur corps et, pour cette raison, ces institutions exigent des professionnels qualifiés qui peuvent répondre, de manière concrète et fondée sur des connaissances, aux besoins de leurs clients.

En outre, la profession de moniteur de gymnastique est devenue une carrière offrant de grands avantages et de grandes possibilités, car il existe un large éventail de possibilités d'emploi. Cependant, afin de réaliser ce travail de manière efficace et basée sur l'excellence, l'acquisition et le renouvellement des connaissances professionnelles est une question fondamentale.

C'est en partant de ce principe qu'est né ce master complet de TECH, qui vise à fournir au professionnel des sciences du sport les connaissances les plus actualisées et les plus innovantes en matière de gestion et de suivi des sports en salle de sport. Pour ce faire, les aspects clés seront abordés à travers des contenus de très haut niveau, traités selon une méthodologie très efficace et unique dans l'offre académique actuelle.

Afin de couvrir tous les sujets nécessaires à l'obtention du diplôme des meilleurs coaches sportifs du secteur, les professionnels de TECH ont établi les informations dans des modules didactiques enseignés par des professeurs hautement qualifiés. Cela garantit à l'étudiant un haut niveau de connaissances adapté aux exigences du panorama professionnel et d'emploi actuel. Le programme, qui est enseigné en ligne, permet aux étudiants d'étudier sans négliger le reste de leurs activités quotidiennes.

Ainsi, au cours du programme académique, des aspects importants tels que l'administration de ce type d'institution sportive, la physiologie de l'exercice ou la gestion et le suivi des cours collectifs seront abordés. Ainsi, l'étudiant se voit offrir une vision transversale et complète du travail du coach sportif qui lui permettra de travailler avec succès dans la profession.

Un autre point fort de ce Mastère Spécialisé en Coach Sportif est la formation de l'étudiant à certaines pathologies comme, par exemple, le syndrome métabolique, l'obésité ou des conditions particulières comme la grossesse, des cas très fréquents dans le travail quotidien d'un Coach Sportif, et dont la connaissance est ignorée par la majorité, car elle n'est pas enseignée dans les diplômes de base. Dans ce Mastère Spécialisé, chacun de ces cas est étudié en profondeur avec une rigueur scientifique stricte et une méthodologie orientée vers la mise en pratique de ce qui a été appris pour s'occuper de ce type d'utilisateurs.

Ce **Mastère Spécialisé en Coach Sportif** contient le programme scientifique le plus complet et le plus récent du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- ◆ Le développement de cas pratiques présentés par des experts en Activité Physique et Sport
- ◆ Le contenu graphique, schématique et éminemment pratique du programme fournit des informations scientifiques et pratiques sur les disciplines essentielles à la pratique professionnelle
- ◆ Les exercices pratiques où le processus d'auto-évaluation peut être utilisé pour 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



Devenez un tournant positif dans la santé des gens en motivant leur changement physique en tant que Coach Sportif"

“

Il s'agit d'une excellente opportunité académique qui jettera les bases de votre croissance professionnelle et vous permettra de rivaliser avec les meilleurs du secteur"

Le corps enseignant du programme comprend des professionnels du secteur qui apportent l'expérience de leur travail à ce programme de recyclage, ainsi que des spécialistes reconnus de grandes sociétés 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 axée sur l'apprentissage par les problèmes, grâce auquel le professionnel doit essayer de résoudre les différentes situations de pratique professionnelle qui se présentent tout au long du cours académique. Pour ce faire, le professionnel aura l'aide d'un système vidéo interactif innovant créé par des experts reconnus.

Prenez un virage à 180° dans votre carrière professionnelle en suivant ce programme.

Les outils, les connaissances et les compétences que vous acquerrez vous permettront de vous démarquer dans un secteur qui requiert de plus en plus de moniteurs spécialisés.



02 Objectifs

Le Mastère Spécialisé en Coach Sportif de TECH a été créé avec l'objectif fondamental de promouvoir l'acquisition de compétences spécifiques chez les étudiants, qui deviendront la base sur laquelle ils fonderont leur pratique quotidienne. À cette fin, un programme d'études de haut niveau a été établi sur la base des derniers développements dans le secteur et créé avec la plus grande rigueur scientifique. Ces contenus seront enseignés par une équipe de professionnels de haut niveau, qui fourniront à l'étudiant des outils précieux pour travailler comme coach sportif avec de meilleures garanties de succès. De cette manière, le professionnel pourra revaloriser son profil et se positionner à l'avant-garde d'un secteur en plein essor.





“

Faites carrière dans le monde du sport et commencez à atteindre vos objectifs professionnels en suivant ce programme académique complet”



Objectifs généraux

- ◆ Acquérir des connaissances fondées sur les preuves scientifiques les plus récentes et totalement applicables dans le domaine pratique
- ◆ Maîtriser toutes les méthodes les plus avancées en matière d'évaluation des performances sportives
- ◆ Maîtriser et appliquer avec certitude les méthodes d'entraînement les plus actuelles pour améliorer les performances sportives et la qualité de vie, ainsi que pour améliorer les pathologies les plus courantes
- ◆ Dominer les principes régissant la Physiologie et la Biochimie de l'Exercice
- ◆ Intégrer avec succès toutes les connaissances acquises dans les différents modules dans la pratique réelle





Objectifs spécifiques

Module 1. Physiologie de l'exercice et de l'activité physique

- ◆ Comprendre et interpréter les aspects clés de la biochimie et de la thermodynamique
- ◆ Connaître en profondeur les voies du métabolisme énergétique, leurs modifications liées à l'exercice et leur rôle dans la performance humaine
- ◆ Connaître en profondeur les principaux aspects du système neuromusculaire, du contrôle moteur et de son rôle dans l'entraînement physique
- ◆ Connaître en profondeur la physiologie musculaire, le processus de contraction musculaire et les bases moléculaires de la contraction musculaire
- ◆ Comprendre le fonctionnement des systèmes cardiovasculaire et respiratoire et l'utilisation de l'oxygène pendant l'exercice
- ◆ Connaître en profondeur les causes générales de la fatigue et l'impact des différents types et modalités d'exercice
- ◆ Connaître les différents jalons physiologiques et leur application dans la pratique

Module 2. Logistique et rôle administratif du coach sportif

- ◆ Fournir à l'étudiant des informations concernant les principales tâches administratives nécessaires à l'organisation des différentes activités proposées et les ressources humaines responsables et professionnelles qui y travaillent
- ◆ Fournir au professeur/coach sportif les connaissances théoriques ainsi que les outils nécessaires pour coordonner la logistique de cet espace de travail
- ◆ Acquérir une connaissance approfondie des différents types de tâches liées à la logistique administrative
- ◆ Comprendre l'importance des fonctions administratives des salles de sport dans le cadre de leur travail professionnel

- ◆ Administrer correctement les ressources pour la gestion des tâches administratives et des ressources humaines du lieu
- ◆ Sélectionner avec discernement et appliquer différents types de stratégies administratives en fonction de leur contexte de travail réel

Module 3. Entraînement à la Mobilité

- ◆ Aborder la mobilité comme une capacité physique de base d'un point de vue neurophysiologique
- ◆ Acquérir une compréhension approfondie des principes neurophysiologiques qui influencent le développement de la mobilité
- ◆ Comprendre et appliquer les systèmes de stabilisation et de mobilisation dans le schéma de mouvement
- ◆ Développer et préciser les concepts et objectifs de base liés à la formation à la mobilité
- ◆ Développer la capacité à concevoir des tâches et des plans pour le développement des manifestations de mobilité
- ◆ Connaître et appliquer les différentes méthodes d'optimisation des performances par les méthodes de récupération
- ◆ Développer la capacité à effectuer une évaluation fonctionnelle et neuromusculaire du sportif/client
- ◆ Reconnaître et traiter les effets produits par une blessure au niveau neuromusculaire sur le sportif/client

Module 4. Cours collectifs

- ◆ Acquérir une compréhension approfondie des différents types de cours collectifs et de leur applicabilité au domaine de la pratique
- ◆ Sélectionner les classes collectives les plus appropriées aux besoins et aux souhaits de populations hétérogènes
- ◆ Gérer correctement et avec des arguments solides les stratégies pédagogiques-méthodologiques qui caractérisent le profil des différents groupes-classes proposés
- ◆ Connaître et appliquer les différents types de stratégies qui assurent un environnement sûr dans la gestion de la charge externe qui caractérise la modalité de chaque type de cours collectif proposé

Module 5. Obésité et exercices physiques

- ◆ Acquérir une compréhension approfondie de la physiopathologie de l'obésité et de son impact sur la santé
- ◆ Comprendre les limites physiques de la personne obèse
- ◆ Être capable de planifier et de programmer une formation de manière individualisée pour une personne souffrant d'obésité

Module 6. Exercice physique pour les jeunes et les personnes âgées

- ◆ Avoir une compréhension approfondie des aspects biopsychosociaux des enfants, des adolescents et des personnes âgées
- ◆ Connaître de manière approfondie les particularités de chaque groupe d'âge et leur approche spécifique
- ◆ Être capable de planifier et de programmer des formations de manière individualisée pour les enfants, les adolescents et les personnes âgées

Module 7. Exercices physiques et grossesse

- ◆ Acquérir des connaissances approfondies sur les nouvelles façons les changements morphofonctionnels du processus de grossesse
- ◆ Comprendre parfaitement les aspects biopsychosociaux de la grossesse
- ◆ Être capable de planifier et de programmer la formation de manière individualisée pour une femme enceinte

Module 8. Évaluation de la performance sportive

- ◆ Acquérir une connaissance approfondie des différents types d'évaluation et de leur applicabilité au domaine de la pratique
- ◆ Sélectionner les examens/tests les plus appropriés à vos besoins spécifiques
- ◆ Administrer correctement et en toute sécurité les protocoles des différents tests et l'interprétation des données recueillies
- ◆ Connaître et appliquer les différents types de technologies actuellement utilisées dans le domaine de l'évaluation de l'exercice, tant dans le domaine de la santé que dans celui de la performance physique à tout niveau d'exigence

Module 9. Entraînement en Force

- ◆ Connaître et Interpréter correctement tous les aspects théoriques définissant la force et ses composantes
- ◆ Connaître et maîtriser les méthodes d'entraînement musculaire les plus efficaces
- ◆ Développer des critères suffisants pour pouvoir étayer le choix de différentes méthodes de formation dans l'application pratique
- ◆ Être capable d'objectiver les besoins en force de chaque sportif/client, quels que soient ses besoins
- ◆ Maîtriser les aspects théoriques et pratiques qui définissent le développement de la puissance
- ◆ Appliquer correctement l'entraînement musculaire dans la prévention et la réhabilitation des blessures

Module 10. Entraînement Personnel en salle de sport

- ◆ Acquérir une compréhension approfondie de la physiopathologie du syndrome métabolique
- ◆ Comprendre les critères d'intervention pour améliorer la santé et la qualité de vie des patients atteints de cette pathologie
- ◆ Être capable de planifier et de programmer un entraînement de manière individualisée pour une personne atteinte du syndrome métabolique



Vos objectifs et ceux de TECH se rejoignent et se matérialisent dans ce programme académique dont la valeur curriculaire est l'excellence"

03

Compétences

La structure de ce Mastère Spécialisé a été conçue pour que le professionnel des sciences du sport soit en mesure de travailler en tant que Coach Sportif en connaissant en profondeur toutes les singularités du secteur et en sachant répondre aux problèmes et inconvénients qui peuvent survenir. Tout cela repose sur une méthodologie unique et sur le soutien des meilleurs experts en la matière. Ainsi, TECH garantit aux étudiants un contenu de qualité conforme à leurs attentes, leur donnant la possibilité d'exceller dans leur domaine de travail. Vous serez en mesure d'exercer les différentes fonctions liées à ce Mastère Spécialisé, ainsi que les propositions les plus innovantes dans ce domaine d'action, vous guidant vers l'excellence.





“

Dans un monde dominé par l'importance de l'image, travailler comme Coach Sportif avec des compétences spécifiques devient un aspect clé pour changer la perception des gens et les motiver à être en bonne santé avant tout"



Compétences générales

- ◆ Acquérir des connaissances fondées sur les dernières preuves scientifiques et pleinement applicables dans le domaine de la gestion des salles de sport
- ◆ Maîtriser les méthodes les plus avancées en matière de gestion des salles de sport
- ◆ Connaître le marché national et international, grâce à l'expérience pratique des professionnels qui font partie du corps enseignant
- ◆ Avoir une vision globale du fonctionnement des salles de sport
- ◆ Connaître l'écosystème national et international dans ce domaine
- ◆ Utiliser des compétences de leadership au sein d'une salle de sport et savoir comment gérer correctement les personnes dans ce secteur

“

*Les compétences que vous
acquerrez à l'issue de ce Mastère
Spécialisé vous permettront
d'exercer votre profession avec de
plus grandes garanties de succès”*





Compétences spécifiques

- ◆ Posséder des connaissances complètes pour pouvoir entrer avec succès dans le monde de l'entraînement, de l'activité physique et de la santé
- ◆ Savoir travailler avec des personnes qui viennent à la salle de sport dans un but esthétique ou de qualité de vie, ainsi qu'avec des personnes atteintes de pathologies courantes
- ◆ Être en mesure d'aborder la formation à des fins diverses avec de réelles connaissances
- ◆ Développer la compréhension de l'étudiant sur la façon dont les systèmes physiologiques impliqués dans l'activité physique réagissent à une seule séance d'exercice, et comment divers modes d'entraînement et conditions environnementales peuvent modifier ces systèmes et leur réponse au stress
- ◆ Être capable de coordonner le système administratif de la salle de sport afin qu'il fonctionne de manière optimale
- ◆ Connaître les différences entre les concepts et croyances populaires sur la mobilité et son entraînement, ainsi que les objectifs et les différentes méthodes d'application et leur impact dans le temps sur le niveau neuromusculaire et, par conséquent, sur les performances sportives
- ◆ Avoir une connaissance approfondie du profil méthodologique et pédagogique des différentes propositions de cours collectifs que l'on peut trouver dans la plupart des salles de sport et centres d'entraînement
- ◆ Comprendre et savoir appliquer la planification et la programmation d'une formation adaptée aux besoins et aux dysfonctionnements des personnes atteintes d'obésité afin de générer des changements perceptibles dans la santé de la personne
- ◆ Comprendre et savoir appliquer la planification et la programmation d'une formation adaptée aux besoins des femmes enceintes en fonction du stade de la grossesse
- ◆ Comprendre et savoir appliquer les différents tests et épreuves physiques qui existent dans le but de connaître l'état de la condition physique de l'individu
- ◆ Comprendre, sur la base des dernières preuves scientifiques, les avantages de l'entraînement musculaire
- ◆ Connaître les dernières avancées scientifiques et technologiques pour le contrôle des charges lors de l'entraînement en force
- ◆ Comprendre, de manière approfondie et détaillée, les caractéristiques des personnes souffrant d'obésité, d'altération de la glycémie, de dyslipidémie et/ou d'hypertension

04

Direction de la formation

L'un des aspects qui rendent ce Mastère Spécialisé unique par rapport aux autres du secteur est le corps enseignant qui le dispense. Ainsi, le professionnel qui décide de suivre ce programme avec TECH apprendra d'un corps enseignant d'excellence, avec des années d'expérience dans le secteur et avec le plus grand désir de diplômé les meilleurs dans ce domaine. C'est pourquoi c'est également cette équipe qui a conçu le contenu du Mastère Spécialisé, assurant à l'étudiant un apprentissage complet, basé sur la plus grande rigueur scientifique et les derniers développements du secteur.



“

Apprenez des meilleurs du secteur et commencez à voir votre carrière s'envoler vers l'excellence"

Direction



M. Rubina, Dardo

- ◆ CEO de Test and Training
- ◆ Coordinateur de la Préparation Physique de EDM
- ◆ Préparateur physique de la Première Équipe EDM
- ◆ Master en Haute Performance Sportive(ARD) COE
- ◆ Certification EXOS
- ◆ Spécialiste d'entraînement de Force pour la Prévention des Blessures, la Réadaptation Fonctionnelle et Physique-Sportive
- ◆ Spécialiste de l'Entraînement de la Force Appliquée aux Performances Physiques et Sportives
- ◆ Certification en Technologies pour le Contrôle du Poids et la Performance Physique
- ◆ Études supérieures en Activité Physique dans les Populations atteintes de Pathologies
- ◆ Diplôme d'Études Avancées (DEA) Université de Castilla la Mancha
- ◆ Doctorat en Haute Performance Sportive(ARD)

Professeurs

M. Carbone, Leandro

- ◆ Diplômé en Éducation Physique
- ◆ Spécialiste en Physiologie de l'exercice
- ◆ Msc Strength and Conditioning
- ◆ Certification de Spécialiste en Entraînement en Force et de la Condition (CSCS) de la NSCA
- ◆ Certified Sports Nutritionist from the International Society of Sports Nutrition
- ◆ Collaborateur des athlètes olympiques

M. Renda, Juan Manuel

- ◆ Directeur du Groupe d'Etude Scientifique Athlon
- ◆ Préparateur Physique dans plusieurs équipes de football professionnelles en Amérique du Sud

M. Jareño Díaz, Juan

- ◆ Coordinateur du Secteur de l'Education et de la préparation physique de l'École des Sports de Moratalaz
- ◆ Diplôme en Sciences de l'Activité Physique et du Sport de l'Université de Castilla la Mancha
- ◆ Master en Préparation Physique en Football
- ◆ Master Officiel en Enseignement Secondaire Personnel
- ◆ Diplôme d'études supérieures en Entraînement Personnelle

Mme Riccio, Anabella

- ◆ Professeur d'Entraînement Fonctionnel dans le DISTRICT B
- ◆ Diplômé en Éducation Physique
- ◆ Spécialiste de la Programmation et de l'Evaluation de l'Exercice
- ◆ Cours de Biochimie pour la Programmation de l'Exercice

M. Varela, Mauricio

- ◆ Professeur d'Éducation Physique Faculté des Sciences Humaines et des Sciences de l'Éducation. Université National de La Plata, Argentine
- ◆ Professeur d'Activité Physique Personnalisés destinés aux Personnes âgés
- ◆ Préparateur physique, entraîneur personnel des cyclistes d' Elite du Circuit de Cyclisme Astronomia
- ◆ Professeur d' Éducation Physique EES 62, EES 32, EET 5, EES56, EES 31
- ◆ Spécialisation en Programmation et Évaluation de l' Exercice (Cours de troisième cycle, FaHCE-UNLP) Cohorte
- ◆ Anthropométriste accrédité ISAK niveau 1

M. Renda, Juan

- ◆ Professeur National d'Education Physique ISEF N°1 "Dr Enrique Romero Brest"
- ◆ Diplôme en Kinésiologie et Physiothérapie Fondation de l'Institut Universitaire H.A. Babelo
- ◆ Diplôme en Education Physique avec Orientation en Physiologie du Travail Physique Université Nationale Gral. San Martin
- ◆ Maîtrise en Éducation Physique à l'Université Nationale de Lomas de Zamora

M. Delovo, Nahuel

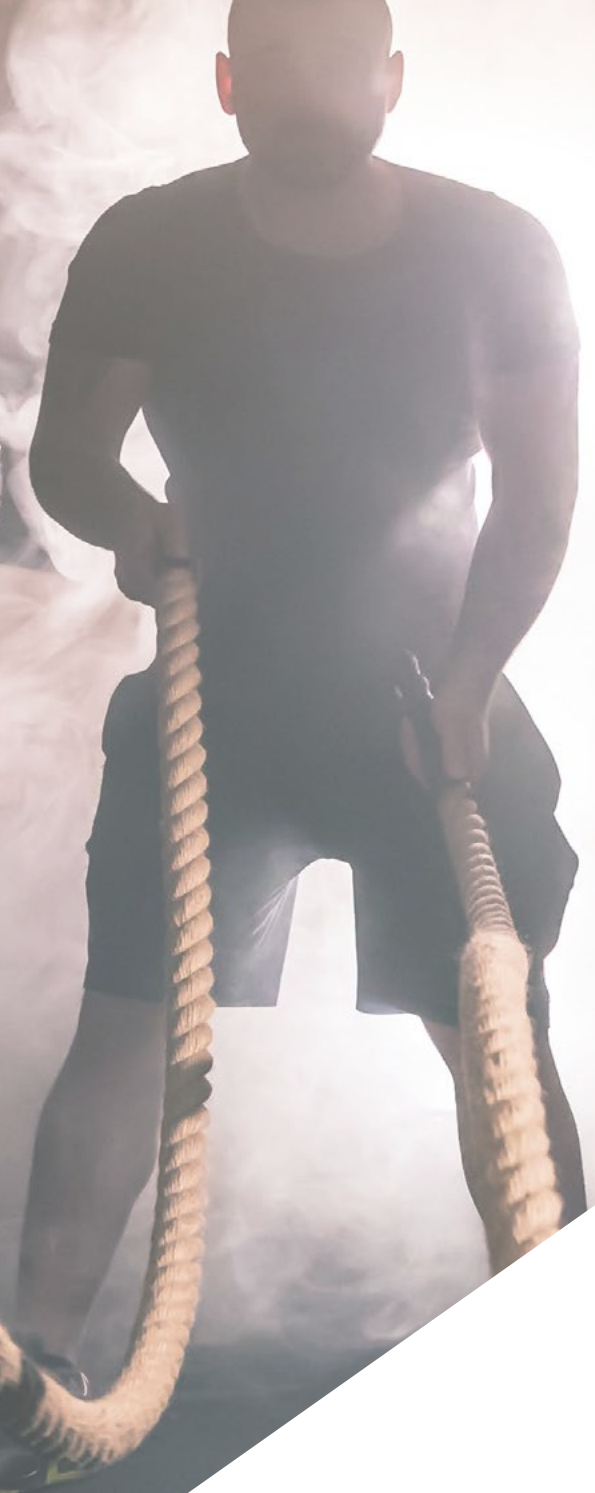
- ◆ Professeur d'Education Physique
- ◆ Formateur Physique de la Fédération Péruvienne de Rugby
- ◆ Coordinateur Général d'Athlon Capacités
- ◆ Strength and Conditioning World Rugby,Level1
- ◆ Strength and Conditioning World Rugby,Pre Level2

05

Structure et contenu

La structure et le contenu de ce Mastère Spécialisé en Coach Sportif ont été pensés, conçus et créés par un groupe de professionnels de premier plan dans le secteur de l'activité physique. Cette équipe, consciente de la pertinence et de l'actualité de l'enseignement dans ce domaine, a fait un effort important pour générer le programme de cours le plus complet et le plus actualisé du marché. Un recueil de contenus complété par les travaux d'autres experts, qui fournissent au syllabus un format multimédia hautement didactique qui offre à l'étudiant un apprentissage immersif, complet et contextuel.





“

Le contenu de ce Mastère Spécialisé jettera les bases de votre développement professionnel et fera de vous un véritable expert dans le domaine”

Module 1. Physiologie de l'exercice et de l'activité physique

- 1.1. Thermodynamique et bioénergétique
 - 1.1.1. Chimie organique
 - 1.1.2. Groupes fonctionnels
 - 1.1.3. Enzymes
 - 1.1.4. Coenzymes
 - 1.1.5. Acides et bases
 - 1.1.6. PH
- 1.2. Systèmes énergétiques
 - 1.2.1. Les systèmes énergétiques
 - 1.2.1.1. Capacité et puissance
 - 1.2.1.2. Cytoplasmique vs. Mitochondriales
 - 1.2.2. Métabolisme du phosphore
 - 1.2.2.1. ATP-PC
 - 1.2.2.2. Voie des pentoses
 - 1.2.2.3. Métabolisme des nucléotides
 - 1.2.3. Metabolismo de los carbohidratos
 - 1.2.3.1. Glycolyse
 - 1.2.3.2. Glycogénèse
 - 1.2.3.3. Glycogénolyse
 - 1.2.3.4. Gluconéogenèse
 - 1.2.4. Métabolisme des lipides
 - 1.2.4.1. Lipides bioactifs
 - 1.2.4.2. Lipolyse
 - 1.2.4.3. Bêta-oxydation
 - 1.2.4.4. Synthèse de la lipogenèse de novo
 - 1.2.5. Phosphorylation oxydative
 - 1.2.5.1. Décarboxylation oxydative du pirtuvate
 - 1.2.5.2. Cycle de Krebs
 - 1.2.5.3. Chaîne de transport d'électrons
 - 1.2.5.4. ROS
 - 1.2.5.5. *Cross-talk* Mitochondrial
- 1.3. Voies de signalisation
 - 1.3.1. Seconds messagers
 - 1.3.2. Hormones stéroïdiennes
 - 1.3.3. AMPK
 - 1.3.4. NAD+
 - 1.3.5. PGC1
- 1.4. Muscle Squelettique
 - 1.4.1. Structure et fonction
 - 1.4.2. Fibres
 - 1.4.3. Innervation
 - 1.4.4. Cytoarchitecture musculaire
 - 1.4.5. Synthèse et dégradation des protéines
 - 1.4.6. mTOR
- 1.5. Adaptations neuromusculaires
 - 1.5.1. Recrutement des Unités motrices
 - 1.5.2. Synchronisation
 - 1.5.3. Drive neural
 - 1.5.4. Organe du tendon de Golgi et fuseau neuromusculaire
- 1.6. Adaptations structurelles
 - 1.6.1. Hypertrophie
 - 1.6.2. Mécanotranslation des signaux
 - 1.6.3. Stress métabolique
 - 1.6.4. Lésions et inflammations musculaires
 - 1.6.5. Modifications de l'architecture musculaire
- 1.7. Fatigue
 - 1.7.1. Fatigue centrale
 - 1.7.2. Fatigue périphérique
 - 1.7.3. HRV
 - 1.7.4. Modèle bioénergétique
 - 1.7.5. Modèle cardiovasculaire
 - 1.7.6. Modèle thermorégulateur
 - 1.7.7. Modèle psychologique
 - 1.7.8. Modèle du gouverneur central

- 1.8. Consommation maximale d'oxygène
 - 1.8.1. Consommation maximale d'oxygène
 - 1.8.2. Évaluation
 - 1.8.3. Cinétique de la VO₂
 - 1.8.4. VAM
 - 1.8.5. Économie de carrière
 - 1.9. Seuils
 - 1.9.1. Lactate et seuil ventilatoire
 - 1.9.2. MLSS
 - 1.9.3. Puissance critique
 - 1.9.4. HIIT y LIT
 - 1.9.5. Réserve anaérobie De vitesse
 - 1.10. Conditions Physiologiques Extrêmes
 - 1.10.1. Hauteur
 - 1.10.2. Température
 - 1.10.3. Plongée sous-marine
- Module 2. Logistique et rôle administratif du coach sportif**
- 2.1. Contrôle des encaissements et des décaissements
 - 2.1.1. Gestion des tableaux de bord
 - 2.1.2. Systèmes automatisés de contrôle des recettes et des dépenses
 - 2.2. Activités proposées
 - 2.2.1. Variété de propositions de salles de sport et de disciplines
 - 2.2.2. Salles dans un gymnase
 - 2.2.2.1. Salle de musculation
 - 2.2.2.2. Salle d'activité collective
 - 2.2.2.3. Salle de cyclisme *Indoor*
 - 2.2.2.4. Salle de Pilates
 - 2.2.2.5. Salle de réadaptation ou de thérapie
 - 2.3. Abonnements et logistique comptable
 - 2.3.1. Organisation des coûts de l'activité
 - 2.3.2. Propositions de régimes liant différentes activités
 - 2.4. Fiches d'entrée et fiches techniques
 - 2.4.1. Contrôle physique de l'entrée des clients
 - 2.4.2. Contrôle numérisation de l'entrée des clients
 - 2.5. Réseaux sociaux et diffusant
 - 2.5.1. Gestion d'Instagram et de Facebook pour faire la publicité des activités de la salle de sport
 - 2.5.2. Conception simple de posts sur les activités et événements de la salle de sport sur les réseaux sociaux
 - 2.6. Réunions de professionnels
 - 2.6.1. Stratégies nécessaires pour organiser des réunions en face à face de professionnels de chaque secteur
 - 2.6.2. Stratégies virtuelles pour la gestion de l'information entre les professionnels de chaque secteur
 - 2.7. Nettoyage et entretien
 - 2.7.1. Élaboration d'un calendrier pour le nettoyage général et l'assainissement des instruments de travail
 - 2.7.2. Mise en place d'un système de contrôle et de maintenance du fonctionnement des installations du gymnase
 - 2.8. Fournitures de santé et de sécurité
 - 2.8.1. Connaissance de base des instruments de sécurité interne
 - 2.8.2. Maîtriser les connaissances de base des mesures d'hygiène générale
 - 2.9. Relation entre l'activité proposée et le profil du client
 - 2.9.1. Les différents profils du client potentiel
 - 2.9.2. Activités liées à chaque profil
 - 2.10. Éléments et/ou matériaux essentiels
 - 2.10.1. Détails des éléments de base qui seront nécessaires au bon déroulement des différentes activités
 - 2.10.2. Fonctions et utilités des éléments couramment utilisés

Module 3. Entraînement à la Mobilité

- 3.1. Système neuromusculaire
 - 3.1.1. Principes neurophysiologiques: inhibition et excitabilité
 - 3.1.1.1. Adaptations du système nerveux
 - 3.1.1.2. Stratégies pour modifier l'excitabilité du corticospinal
 - 3.1.1.3. Les clés de l'activation neuromusculaire
 - 3.1.2. Systèmes d'information somatosensoriels
 - 3.1.2.1. Sous-systèmes d'information
 - 3.1.2.2. Types de réflexes
 - 3.1.2.2.1. Réflexes monosynaptiques
 - 3.1.2.2.2. Réflexes polysynaptiques
 - 3.1.2.2.3. Réflexes musculo-tendineux-articulaires
 - 3.1.2.3. Réponses aux étirements dynamiques et statiques
- 3.2. Contrôle moteur et mouvement
 - 3.2.1. Systèmes stabilisateurs et mobilisateurs
 - 3.2.1.1. Système local: système stabilisateur
 - 3.2.1.2. Système global: système mobilisateur
 - 3.2.1.3. Schéma respiratoire
 - 3.2.2. Modèle de mouvement
 - 3.2.2.1. Coactivation
 - 3.2.2.2. Théorie *Joint by Joint*
 - 3.2.2.3. Complexes de mouvements primaires
- 3.3. Comprendre la mobilité
 - 3.3.1. Concepts et croyances clés en matière de mobilité
 - 3.3.1.1. Manifestations de la mobilité dans le sport
 - 3.3.1.2. Facteurs neurophysiologiques et biomécaniques influençant le développement de la mobilité
 - 3.3.1.3. Influence de la mobilité sur le développement de la force
 - 3.3.2. Objectifs de l'entraînement à la mobilité dans le sport
 - 3.3.2.1. La mobilité dans la session de formation
 - 3.3.2.2. Avantages de la formation à la mobilité



- 3.3.3. Mobilité et stabilité par les structures
 - 3.3.3.1. Complexe pied-cheville
 - 3.3.3.2. Complexe genou-hanche
 - 3.3.3.3. Complexe colonne vertébrale et épaule
- 3.4. Formation à la mobilité
 - 3.4.1. Blocage fondamental
 - 3.4.1.1. Stratégies et outils pour optimiser la mobilité
 - 3.4.1.2. Schéma spécifique de pré-exercice
 - 3.4.1.3. Schéma spécifique post-exercice
 - 3.4.2. Mobilité et stabilité dans les mouvements de base
 - 3.4.2.1. *Squat & dead lift*
 - 3.4.2.3. Accélération et multidirection
- 3.5. Méthodes de récupération
 - 3.5.1. Proposition d'efficacité en fonction des preuves scientifiques
- 3.6. Méthodes d'entraînement à la mobilité
 - 3.6.1. Méthodes axées sur les tissus: étirement par tension passive et par tension active
 - 3.6.2. Méthodes axées sur l'arthrocoïnéma: étirements isolés et étirements intégrés
 - 3.6.3. Entraînement excentrique
- 3.7. Programmation de la formation à la mobilité
 - 3.7.1. Effets à court et à long terme des étirements
 - 3.7.2. Moment optimal pour les étirements
- 3.8. Évaluation et analyse des athlètes
 - 3.8.1. Évaluation fonctionnelle et neuromusculaire
 - 3.8.1.1. Évaluation
 - 3.8.1.2. Processus d'évaluation
 - 3.8.1.2.1. Analyser le schéma de mouvement
 - 3.8.1.2.2. Déterminer le test
 - 3.8.1.2.3. Détecter les liens faibles
 - 3.8.2. Méthodologie d'évaluation des athlètes
 - 3.8.2.1. Types de test
 - 3.8.2.1.1. Test d'évaluation analytique
 - 3.8.2.1.2. Test d'évaluation générale
 - 3.8.2.1.3. Test d'évaluation dynamique spécifique

- 3.8.2.2. Valorisation par les structures:
 - 3.8.2.2.1. Complexe pied-cheville
 - 3.8.2.2.2. Complexe genou-hanche
 - 3.8.2.2.3. Complexe colonne vertébrale-épaule

- 3.9. La mobilité chez l'athlète blessé
 - 3.9.1. Physiopathologie de la blessure: effets sur la mobilité
 - 3.9.1.1. Structure musculaire
 - 3.9.1.2. Structure du tendon
 - 3.9.1.3. Structure ligamentaire
 - 3.9.2. Mobilité et prévention des blessures: étude de cas
 - 3.9.2.1. Rupture des ischio-jambiers chez le coureur à pied

Module 4. Cours collectifs

- 4.1. Principes de l'entraînement
 - 4.1.1. Unité fonctionnelle
 - 4.1.2. Multilatéralité
 - 4.1.3. Spécificité
 - 4.1.4. Surcharge
 - 4.1.5. Continuité
 - 4.1.6. Progression
 - 4.1.7. Récupération
 - 4.1.8. Individualité
- 4.2. Surveillance de la charge
 - 4.2.1. Charge interne
 - 4.2.2. Charge externe
- 4.3. *Stretching*
 - 4.3.1. *Stretching*
 - 4.3.2. Objectifs du *Stretching*
 - 4.3.3. Organisation pédagogique de la classe de *Stretching*
- 4.4. Gluteus, abdomen et jambes (GAP)
 - 4.4.1. Objectifs de la classe GAP
 - 4.4.2. Organisation pédagogique de la classe GAP
 - 4.4.3. Charge externe dans la salle de classe GAP

- 4.5. Pilates au sol
 - 4.5.1. Caractéristiques du matelas de Pilates
 - 4.5.2. Exercices et propositions de mouvements du tapis pilates
 - 4.5.3. Charge d'entraînement dans un cours de pilates sur matelas
- 4.6. Rythmes
 - 4.6.1. Types de cours
 - 4.6.2. Caractéristiques des classes de rythme
 - 4.6.3. Propositions pédagogiques pour la mise en place d'une classe de rythmes
- 4.7. Classes non conventionnelles
 - 4.7.1. Caractéristiques de la formation non conventionnelle
 - 4.7.2. Exercices proposés
 - 4.7.3. Organisation pédagogique d'une classe de formation non conventionnelle
- 4.8. Entraînement fonctionnel
 - 4.8.1. Entraînement fonctionnel
 - 4.8.2. Organisation pédagogique de la classe de l'entraînement fonctionnel
 - 4.8.3. Utilisation de la charge interne
- 4.9. Aérobie
 - 4.9.1. Type de cours de fitness aérobie
 - 4.9.2. Structure pédagogique de la classe
- 4.10. Cyclisme *Indoor*
 - 4.10.1. Naissance de la spécialité dans les salles de sport
 - 4.10.2. Cyclisme indoor en la santé
 - 4.10.3. Structure des cours de cyclisme indoor
- 4.11. Cours pour les seniors
 - 4.11.1. Profil du groupe des seniors
 - 4.11.2. Les bienfaits de l'activité physique chez les personnes âgées
 - 4.11.3. Structure du cours collectif avec les personnes âgées
- 4.12. Cours pour les personnes âgées
 - 4.12.1. Histoire du yoga
 - 4.12.2. Yoga et santé

Module 5. Obésité et exercices physiques

- 5.1. L'obésité
 - 5.1.1. Évolution de l'obésité: aspects culturels et sociaux associés
 - 5.1.2. Obésité et comorbidités: le rôle de l'interdisciplinarité
 - 5.1.3. L'obésité infantile et son impact sur l'âge adulte futur
- 5.2. Bases physiopathologiques
 - 5.2.1. L'obésité et les risques sanitaires
 - 5.2.2. Aspects physiopathologiques de l'obésité
 - 5.2.3. Obésité et pathologies associées
- 5.3. Évaluation et diagnostique
 - 5.3.1. Composition corporelle: modèle à 2 et à 5 composantes
 - 5.3.2. Évaluation: principales évaluations morphologiques
 - 5.3.3. Interprétation des données anthropométriques
 - 5.3.4. Prescription d'exercices physiques pour la prévention et l'amélioration de l'obésité
- 5.4. Protocoles et traitements
 - 5.4.1. Première ligne directrice thérapeutique: modification du mode de vie
 - 5.4.2. Nutrition: rôle dans l'obésité
 - 5.4.3. Exercice: rôle dans l'obésité
 - 5.4.4. Traitement pharmacologique
- 5.5. Planification de l'entraînement chez les patients souffrant d'obésité
 - 5.5.1. Spécification du niveau du client
 - 5.5.2. Objectifs
 - 5.5.3. Processus d'évaluations
 - 5.5.4. Opérationnalité en ce qui concerne les ressources spatiales et matérielles
- 5.6. Programmation de l'entraînement de la force chez les patients souffrant d'obésité
 - 5.6.1. Programmation de l'entraînement de la force chez les patients souffrant d'obésité
 - 5.6.2. Volume, intensité et récupération de l'entraînement en force chez les patients obèses
 - 5.6.3. Sélection d'exercices et de méthodes d'entraînement en force chez les patients souffrant d'obésité
 - 5.6.4. Conception de programmes d'entraînement en force chez les patients souffrant d'obésité

- 5.7. Programmation de l'entraînement en résistance chez le patient obèse
 - 5.7.1. Objectifs de l'entraînement en résistance chez les patients souffrants d'obésité
 - 5.7.2. Volume et intensité et récupération de l'entraînement d'endurance chez les personnes obèses
 - 5.7.3. Sélection des exercices et méthodes d'entraînement en résistance chez les sujets obèses
 - 5.7.4. Conception de programmes d'entraînement en résistance pour les patients souffrant d'obésité
- 5.8. Santé des articulations et entraînement complémentaire chez les patients souffrant d'obésité
 - 5.8.1. Formation complémentaire en matière d'obésité
 - 5.8.2. Entraînement à l'ADM/à la flexibilité chez les patients souffrant d'obésité
 - 5.8.3. Amélioration du contrôle et de la stabilité du tronc chez les personnes obèses
 - 5.8.4. Autres considérations relatives à l'entraînement de la population obèse
- 5.9. Aspects psychosociaux de l'obésité
 - 5.9.1. Importance du traitement interdisciplinaire dans l'obésité
 - 5.9.2. Troubles de l'alimentation
 - 5.9.3. Obésité infantile
 - 5.9.4. Obésité chez l'adulte
- 5.10. Nutrition et autres facteurs liés à l'obésité
 - 5.10.1. Sciences omiques et obésité
 - 5.10.2. Microbiote et son influence sur l'obésité
 - 5.10.3. Protocoles d'intervention nutritionnelle dans l'obésité: les preuves
 - 5.10.4. Recommandations nutritionnelles pour la pratique de l'exercice

Module 6. Exercice physique pour les enfants, les adolescents et les personnes âgées

- 6.1. Exercice physique pour les enfants et les adolescents
 - 6.1.1. Croissance, maturation et développement
 - 6.1.2. Développement et individualité: âge chronologique vs âge biologique
 - 6.1.3. Phases sensibles
 - 6.1.4. Développement de l'athlète à long terme (*Long Term Athlete Development*)
- 6.2. Évaluation de la condition physique chez les enfants et les pour les jeunes
 - 6.2.1. Principales batteries d'évaluation
 - 6.2.2. Évaluation des capacités de coordination
 - 6.2.3. Évaluation des capacités conditionnelles
 - 6.2.4. Évaluations morphologiques
- 6.3. Programmation de l'exercice physique chez les jeunes
 - 6.3.1. Entraînement de la force musculaire
 - 6.3.2. Entraînement de la capacité aérobie
 - 6.3.3. Entraînement de la vitesse
 - 6.3.4. Entraînement de la flexibilité
- 6.4. Neurosciences et développement des enfants et des adolescents
 - 6.4.1. Le Neuro-apprentissage dans l'enfance
 - 6.4.2. La motricité. La base de l'intelligence
 - 6.4.3. Attention et émotion. Apprentissage du jeune enfant
 - 6.4.4. Neurobiologie et théorie épigénétique dans l'apprentissage
- 6.5. Approche de l'exercice physique chez la personne âgée
 - 6.5.1. Le processus de vieillissement
 - 6.5.2. Changements morphofonctionnels chez l'adulte âgé
 - 6.5.3. Objectifs de l'exercice physique chez la personne âgée
 - 6.5.4. Bénéfices de l'exercice physique chez la personne âgée
- 6.6. Évaluation gériatrique complète
 - 6.6.1. Test d'aptitude à la coordination
 - 6.6.2. Indice Katz d'indépendance dans les activités de la vie quotidienne
 - 6.6.3. Test des capacités de conditionnement
 - 6.6.4. Fragilité et vulnérabilité chez la personne âgée
- 6.7. Syndrome d'instabilité
 - 6.7.1. Épidémiologie des chutes chez les personnes âgées
 - 6.7.2. Détection des patients à risque sans chute antérieure
 - 6.7.3. Facteurs de risque de chute chez les personnes âgées
 - 6.7.4. Syndrome post-chute

- 6.8. La nutrition chez les enfants, les adolescents et les personnes âgées
 - 6.8.1. Besoins nutritionnels pour chaque étape de la vie
 - 6.8.2. Augmentation de la prévalence de l'obésité infantile et du diabète de type 2 chez les enfants
 - 6.8.3. Association des maladies dégénératives à la consommation de graisses saturées
 - 6.8.4. Recommandations nutritionnelles pour la pratique de l'exercice
- 6.9. Neurosciences et personnes âgées
 - 6.9.1. Neurogenèse et apprentissage
 - 6.9.2. Réserve cognitive chez les personnes âgées
 - 6.9.3. Nous pouvons toujours apprendre
 - 6.9.4. Le vieillissement n'est pas synonyme de maladie
 - 6.9.5. Alzheimer et Parkinson, l'intérêt de l'activité physique
- 6.10. Programmation de l'exercice physique chez les personnes âgées
 - 6.10.1. Entraînement de la force et puissance musculaire
 - 6.10.2. Entraînement de la capacité aérobie
 - 6.10.3. Entraînement cognitif
 - 6.10.4. Formation aux compétences de coordination
 - 6.10.5. Conclusions et clôture du module

Module 7. Exercices physiques et grossesse

- 7.1. Changements morpho-fonctionnels chez les femmes pendant la grossesse
 - 7.1.1. Modifications de la masse corporelle
 - 7.1.2. Modification du centre de gravité et adaptations posturales pertinentes
 - 7.1.3. Adaptations cardiorespiratoires
 - 7.1.4. Adaptations hématologiques
 - 7.1.5. Adaptation de l'appareil locomoteur
 - 7.1.6. Modifications gastro-intestinales et rénales
- 7.2. Physiopathologie associées à la grossesse
 - 7.2.1. Diabète gestationnel sucré
 - 7.2.2. Syndrome d'hypotension dorsale
 - 7.2.3. Anémie
 - 7.2.4. Lombalgie
 - 7.2.5. Diastase rectale





- 7.2.6. Varices
- 7.2.7. Dysfonctionnement du plancher pelvien
- 7.2.8. Syndrome de compression nerveuse
- 7.3. La kinéphyxie et les avantages de l'exercice physique chez la femme enceinte
 - 7.3.1. Les soins à apporter aux activités de la vie quotidienne
 - 7.3.2. Travail physique préventif
 - 7.3.3. Avantages biologiques et psychosociaux de l'exercice physique
- 7.4. Risques et contre-indications dans l'exécution d'exercices physiques chez la femme enceinte
 - 7.4.1. Contre-indications absolues à l'exercice physique
 - 7.4.2. Contre-indications relatives à l'exercice physique
 - 7.4.3. Précautions à prendre pendant toute la durée de la grossesse
- 7.5. La nutrition chez la femme enceinte
 - 7.5.1. Prise de poids de la masse corporelle pendant la grossesse
 - 7.5.2. Besoins énergétiques tout au long de la grossesse
 - 7.5.3. Recommandations nutritionnelles pour la pratique de l'exercice
- 7.6. Planification de la formation pour les femmes enceintes
 - 7.6.1. Planification du premier trimestre
 - 7.6.2. Planification du deuxième trimestre
 - 7.6.3. Planification du troisième trimestre
- 7.7. Programmation de l'entraînement musculo-squelettique
 - 7.7.1. Contrôle moteur
 - 7.7.2. Étirements et relaxation musculaire
 - 7.7.3. Travail de remise en forme musculaire
- 7.8. Programmation de l'entraînement de résistance
 - 7.8.1. Modalité du travail physique à faible impact
 - 7.8.2. Dosage du travail hebdomadaire
- 7.9. Travail postural et préparatoire à l'accouchement
 - 7.9.1. Exercices du plancher pelvien
 - 7.9.2. Exercices posturaux
- 7.10. Reprise de l'activité physique post-partum
 - 7.10.1. Sortie médicale et période de récupération
 - 7.10.2. Soins pour le début de l'activité physique
 - 7.10.3. Conclusions et clôture du module

Module 8. Évaluation de la performance sportive

- 8.1. Évaluation
 - 8.1.1. Test, évaluation, mesure
 - 8.1.2. Validité, fiabilité
 - 8.1.3. Objectif de l'évaluation
- 8.2. Types de test
 - 8.2.1. Tests de laboratoire
 - 8.2.1.1. Atouts et limites des tests de laboratoire
 - 8.2.2. Test sur le terrain
 - 8.2.2.1. Atouts et limites des essais sur le terrain
 - 8.2.3. Tests directs
 - 8.2.3.1. Applications et transfert vers la formation
 - 8.2.4. Tests indirects
 - 8.2.4.1. Considérations pratiques et transfert à la formation
- 8.3. Évaluation de la composition corporelle
 - 8.3.1. Impédance bioélectrique
 - 8.3.1.1. Considérations relatives aux applications sur le terrain
 - 8.3.1.2. Limites de la validité de ses données
 - 8.3.2. Anthropométrie
 - 8.3.2.1. Outils pour la mise en œuvre
 - 8.3.2.2. Modèles d'analyse de la composition corporelle
 - 8.3.3. Indice de masse corporelle (IMC)
 - 8.3.3.1. Restrictions sur les données obtenues pour l'interprétation de la composition corporelle
- 8.4. Évaluation de la capacité aérobie
 - 8.4.1. Test VO2Max sur tapis roulant
 - 8.4.1.1. Test de Astrand
 - 8.4.1.2. Test de Balke
 - 8.4.1.3. Test de ACSM
 - 8.4.1.4. Test de Bruce
 - 8.4.1.5. Test de Foster
 - 8.4.1.6. Test de Pollack
 - 8.4.2. Test VO2max sur Cycloergomètre
 - 8.4.2.1. Test de Astrand
 - 8.4.2.2. Test de Fox
 - 8.4.3. Test de Puissance du Cyclo-régulateur
 - 8.4.3.1. Test de Wingate
 - 8.4.4. Test de terrain VO2Max
 - 8.4.4.1. Test de Leger
 - 8.4.4.2. Test de l'Université de Montréal
 - 8.4.4.3. Test de 1. Milla
 - 8.4.4.4. Test des 12 minutes
 - 8.4.4.5. Test des 2,4 km
 - 8.4.5. Tests de Terrain pour déterminer les zones de formation
 - 8.4.5.1. Test 30 30-15. IFT
 - 8.4.6. UNca Test
 - 8.4.7. Yo-Yo Test
 - 8.4.7.1. Yo-Yo Résistance YYET Niveau 1. et 2
 - 8.4.7.2. Yo-Yo Résistance Intermittente YYEIT Niveau 1. et 2
 - 8.4.7.3. Yo-Yo Récupération Intermittente YYERT Niveau 1. et 2
- 8.5. Évaluation de l'aptitude neuromusculaire
 - 8.5.1. Test de répétition sous-maximale
 - 8.5.1.1. Applications pratiques pour l'évaluation
 - 8.5.1.2. Formules d'estimation validées pour les différents exercices d'entraînement
 - 8.5.2. Test de 1. RM
 - 8.5.2.1. Protocole pour son exécution
 - 8.5.2.2. Limites de l'évaluation de 1 RM
 - 8.5.3. Test des sauts horizontales
 - 8.5.3.1. Protocoles d'évaluation
 - 8.5.4. Test de vitesse (5m,10m,15m, etc.)
 - 8.5.4.1. Considérations sur les données obtenues dans les évaluations de type Temps/Distance
 - 8.5.5. Tests progressifs incrémentiels maximum/sous-maximaux
 - 8.5.5.1. Protocoles validés
 - 8.5.5.2. Applications pratiques

- 8.5.6. Test de Sauts verticaux
 - 8.5.6.1. Saut SJ
 - 8.5.6.2. Saut CMJ
 - 8.5.6.3. Saut ABK
 - 8.5.6.4. Test DJ
 - 8.5.6.5. Test de sauts continus
- 8.5.7. Profils F/V verticaux/horizontaux
 - 8.5.7.1. Protocoles d'évaluation de Morin et Samozino
 - 8.5.7.2. Applications pratiques à partir d'un profil force/vitesse
- 8.5.8. Essais isométriques avec cellule de charge
 - 8.5.8.1. Test de force Maximale Isométrique Volontaire (FMI)
 - 8.5.8.2. Test de Déficit Bilatéral en Isométrie (%DBL)
 - 8.5.8.3. Test du Déficit Latéral (%DL)
 - 8.5.8.4. Test de Ratio Ischiodural/Quadriceps
- 8.6. Outils d'évaluation et de suivi
 - 8.6.1. Cardiofréquencesmètres
 - 8.6.1.1. Caractéristiques des dispositifs
 - 8.6.1.2. Zones d'entraînement par FC
 - 8.6.2. Analyseurs de Lactate
 - 8.6.2.1. Types de dispositifs, performances et caractéristiques
 - 8.6.2.2. Zones d'entraînement en fonction du seuil de Lactate (UL)
 - 8.6.3. Analyseurs de Gaz
 - 8.6.3.1. Appareils de laboratoire vs. portables
 - 8.6.4. GPS
 - 8.6.4.1. Types de GPS, caractéristiques, forces et limites
 - 8.6.4.2. Mesures déterminées pour l'interprétation de la merde externe
 - 8.6.5. Accéléromètres
 - 8.6.5.1. Types et caractéristiques des accéléromètres
 - 8.6.5.2. Applications pratiques de l'acquisition de données d'accélérométrie
 - 8.6.6. Capteurs de position
 - 8.6.6.1. Types de transducteurs pour les mouvements verticaux et horizontaux
 - 8.6.6.2. Variables mesurées et estimées par un transducteur de position
 - 8.6.6.3. Les données obtenues à partir d'un transducteur de position et leurs applications à la programmation de la formation
 - 8.6.7. Plates-formes de force
 - 8.6.7.1. Types et caractéristiques des plates-formes de force
 - 8.6.7.2. Variables mesurées et estimées par l'utilisation d'une plate-forme de force
 - 8.6.7.3. Approche pratique de la programmation de la formation
 - 8.6.8. Cellules de chargement
 - 8.6.8.1. Types de cellules, caractéristiques et performances
 - 8.6.8.2. Utilisations et applications pour la santé et les performances sportives
 - 8.6.9. Cellules photoélectriques
 - 8.6.9.1. Caractéristiques, et limites des dispositifs
 - 8.6.9.2. Utilisations et applications pratiques
 - 8.6.10. Applications mobiles
 - 8.6.10.1. Description des *Apps* les plus utilisées sur le marché: My Jump, PowerLift, Runmatic, Nordic
- 8.7. Charge interne et charge externe
 - 8.7.1. Moyens d'évaluation objectifs
 - 8.7.1.1. Vitesse d'exécution
 - 8.7.1.2. Puissance moyenne mécanique
 - 8.7.1.3. Mesures des dispositifs GPS
 - 8.7.2. Moyens d'évaluation subjectifs
 - 8.7.2.1. PSE
 - 8.7.1.2. sPSE
 - 8.7.1.3. Ratio de charge chronique/aiguë
- 8.8. Fatigue
 - 8.8.1. La fatigue et la récupération
 - 8.8.2. Évaluations
 - 8.8.2.1. Objectifs de laboratoire CK, urea, cortisol, etc
 - 8.8.2.2. Objectifs de champ: CMJ, test isométrique, etc
 - 8.8.2.3. Subjectives: Échelles Wellnes, TQR, etc
 - 8.8.3. Stratégies de relèvement: Immersion dans l'eau froide, stratégies nutritionnelles, automasages, sommeil
- 8.9. Considérations relatives à l'application pratique
 - 8.9.1. Test de Saut Vertical. Applications Pratiques
 - 8.9.2. Test progressif Incrémental Maximum/Sous-maximales Applications pratiques
 - 8.9.3. Profil de Force de Vitesse Verticale Applications pratiques

Module 9. Entraînement en Force

- 9.1. Force
 - 9.1.1. La Force du point de vue Mécanique
 - 9.1.2. La Force du point de vue Physiologique
 - 9.1.3. La force appliquée
 - 9.1.4. Courbe force-temps
 - 9.1.4.1. Interprétation
 - 9.1.5. Force maximale
 - 9.1.6. RFD
 - 9.1.7. Force utile
 - 9.1.8. Courbes force-vitesse-puissance
 - 9.1.8.1. Interprétation
 - 9.1.9. Déficit de Force
- 9.2. Charge de formation
 - 9.2.1. Programmation de l'entraînement en force
 - 9.2.2. La charge
 - 9.2.3. La charge: le volume
 - 9.2.4. La charge: intensité
 - 9.2.5. La charge: la densité
 - 9.2.6. Caractère du stress
- 9.3. L'entraînement musculaire dans la prévention et la réadaptation des blessures
 - 9.3.1. Entraînement excentrique, prévention des blessures et rééducation
 - 9.3.1.1. Terminologie
 - 9.3.1.2. Concepts
 - 9.3.2. Formation à la force et prévention et réhabilitation des blessures sur la base de preuves scientifiques
 - 9.3.3. Processus méthodologique de l'entraînement en force dans la prévention des blessures et la récupération fonctionnelle
 - 9.3.3.1. La méthode
 - 9.3.3.2. Application de la méthode dans la pratique
 - 9.3.4. Rôle de la stabilité du tronc (CORE) dans la prévention des blessures
 - 9.3.4.1. CORE
 - 9.3.4.2. Formation CORE
- 9.4. Formation CORE
 - 9.4.1. Mécanismes Physiologiques
 - 9.4.2. Actions musculaires dans les exercices pliométriques
 - 9.4.3. Le cycle d'étirement et de raccourcissement (SCC)
 - 9.4.3.1. Utilisation de l'énergie ou de la capacité élastique
 - 9.4.3.2. Implication des réflexes Accumulation d'énergie élastique en série et en parallèle
 - 9.4.4. Classification des CER
 - 9.4.4.1. CER Court
 - 9.4.4.2. CER Long
 - 9.4.5. Propriétés des muscles et des tendons
 - 9.4.6. Système nerveux central
 - 9.4.6.1. Recrutement
 - 9.4.6.2. Fréquence
 - 9.4.6.3. Synchronisation
- 9.5. Entraînement en puissance
 - 9.5.1. Puissance
 - 9.5.1.1. La puissance
 - 9.5.1.2. Importance de la puissance dans le contexte de la performance sportive
 - 9.5.1.3. Clarification de la terminologie relative avec la puissance
 - 9.5.2. Facteurs contribuant au développement de la puissance de pointe
 - 9.5.3. Aspects structurels conditionnant la production de la puissance
 - 9.5.3.1. Hypertrophie musculaire
 - 9.5.3.2. Composition musculaire
 - 9.5.3.3. Rapport entre les sections transversales des fibres rapides et lentes
 - 9.5.3.4. La longueur du muscle et son effet sur la contraction musculaire
 - 9.5.3.5. Quantité et caractéristiques des composants élastiques
 - 9.5.4. Aspects neuronaux conditionnant la production d'électricité
 - 9.5.4.1. Potentiel d'action
 - 9.5.4.2. Vitesse de recrutement des unités motrices
 - 9.5.4.3. Coordination intramusculaire
 - 9.5.4.4. Coordination intermusculaire
 - 9.5.4.5. Condition musculaire antérieure (PAP)
 - 9.5.4.6. Les mécanismes des réflexes neuromusculaires et leur incidence



- 9.5.5. Aspects théoriques pour la compréhension de la courbe force-temps
 - 9.5.5.1. Impulsion de force
 - 9.5.5.2. Phases de la courbe force-temps
 - 9.5.5.3. Phases d'accélération de la courbe force-temps
 - 9.5.5.4. Zone d'accélération maximale de la courbe force-temps
 - 9.5.5.5. Phases de décélération de la courbe force-temps
- 9.5.6. Aspects théoriques de la compréhension des courbes de puissance
 - 9.5.6.1. Courbe Puissance-temps
 - 9.5.6.2. Courbe puissance-déplacement
 - 9.5.6.3. Charge de travail optimale pour le développement de la puissance maximale
- 9.6. Entraînement en force par Vecteurs
 - 9.6.1. Le Vecteur de force
 - 9.6.1.1. Vecteur Axial
 - 9.6.1.2. Vecteur Horizontal
 - 9.6.1.3. Vecteur de rotation
 - 9.6.2. Avantages de l'utilisation de cette terminologie
 - 9.6.3. Les vecteurs de base en entraînement
 - 9.6.3.1. Les principaux gestes sportifs
 - 9.6.3.2. Les principaux exercices de surcharge
 - 9.6.3.3. Les principaux exercices d'entraînement
- 9.7. Principales méthodes d'entraînement de la force
 - 9.7.1. Poids corporel propre
 - 9.7.2. Exercices libres
 - 9.7.3. PAP
 - 9.7.3.1. Définition
 - 9.7.3.2. Application du PAP préalable aux disciplines sportives liées à la puissance
 - 9.7.4. Exercices sur machine
 - 9.7.5. *Complex training*
 - 9.7.6. Exercices et leur transfert
 - 9.7.7. Contrastes
 - 9.7.8. *Cluster trainig*

- 9.8. VBT
 - 9.8.1. La mise en œuvre du VBT
 - 9.8.1.1. Degré de stabilité de la vitesse de course avec chaque pourcentage de 1RM
 - 9.8.2. La charge programmée et la charge réelle
 - 9.8.2.1. Variables impliquées dans la différence entre la charge programmée et la charge d'entraînement réelle
 - 9.8.3. Le VBT comme solution au problème de l'utilisation du 1RM et du nRM pour programmer les charges
 - 9.8.4. VBT et degré de fatigue
 - 9.8.4.1. Relation avec le lactate
 - 9.8.4.2. Relation avec l'ammonium
 - 9.8.5. VBT par rapport à la perte de vitesse et au pourcentage de répétitions effectuées
 - 9.8.5.1. Définir les différents degrés d'effort dans une même série
 - 9.8.5.2. Différentes adaptations en fonction du degré de perte de vitesse dans la série
 - 9.8.6. Propositions méthodologiques selon les différents auteurs
- 9.9. La force par rapport à l'hypertrophie
 - 9.9.1. Mécanisme d'induction de l'hypertrophie: contrainte mécanique
 - 9.9.2. Mécanisme d'induction de l'hypertrophie: stress métabolique
 - 9.9.3. Mécanisme d'induction de l'hypertrophie: lésions musculaires
 - 9.9.4. Variables de programmation de l'hypertrophie
 - 9.9.4.1. Fréquence
 - 9.9.4.2. Volume
 - 9.9.4.3. Intensité
 - 9.9.4.4. Cadence
 - 9.9.4.5. Sets et répétitions
 - 9.9.4.6. Densité
 - 9.9.4.7. Ordre dans l'exécution des exercices

- 9.9.5. Les variables de formation et leurs différents effets structurels
 - 9.9.5.1. Effet sur les différents types de fibres
 - 9.9.5.2. Effet sur le tendon
 - 9.9.5.3. Longueur de la fascicule
 - 9.9.5.4. Angle de la péninsule
- 9.10. Entraînement musculaire excentrique
 - 9.10.1. L'entraînement excentrique
 - 9.10.1.1. L'entraînement excentrique
 - 9.10.1.2. Les différents types d'entraînement excentrique
 - 9.10.2. Entraînement excentrique et performance
 - 9.10.3. Entraînement excentrique, prévention des blessures et rééducation
 - 9.10.4. La technologie appliquée à l'entraînement excentrique
 - 9.10.4.1. Poulies coniques
 - 9.10.4.2. Dispositifs isoinertiels

Module 10. Entraînement Personnel en salle de sport

- 10.1. Le Syndrome métabolique
 - 10.1.1. Le Syndrome métabolique
 - 10.1.2. Épidémiologie du syndrome métaboliques
 - 10.1.3. Le patient avec le syndrome. Considérations pour l'intervention
- 10.2. Bases physiopathologiques
 - 10.2.1. Définition du syndrome métabolique et risques pour la santé
 - 10.2.2. Aspects physiopathologiques de la maladie
- 10.3. Évaluation et diagnostique
 - 10.3.1. Le syndrome métabolique et son évaluation en milieu clinique
 - 10.3.2. Biomarqueurs, indicateurs cliniques et syndrome métabolique
 - 10.3.3. Le syndrome Métabolique, son évaluation et suivi par le spécialiste de l'exercice physique
 - 10.3.4. Diagnostique et protocole d'intervention dans le domaine du syndrome métabolique

- 10.4. Protocoles et traitements
 - 10.4.1. Le mode de vie et sa relation avec le syndrome métabolique
 - 10.4.2. La nutrition et son importance dans le syndrome métabolique
 - 10.4.3. Exercice: rôle dans le syndrome métabolique
 - 10.4.4. Le patient atteint du syndrome métabolique et le traitement pharmacologique: considérations pour le professionnel de l'exercice
- 10.5. Planification de l'entraînement chez les patients souffrant du syndrome métabolique
 - 10.5.1. Spécification du niveau du client
 - 10.5.2. Objectifs
 - 10.5.3. Processus d'évaluations
 - 10.5.4. Fonctionnalité par rapport à l'espace et aux ressources matérielles
- 10.6. Programmation de l'entraînement en force en salle
 - 10.6.1. Objectifs de l'entraînement musculaire dans le cadre du syndrome métabolique
 - 10.6.2. Volume, intensité et récupération de l'entraînement musculaire dans le syndrome métabolique
 - 10.6.3. Sélection des exercices et méthodes d'entraînement de la force dans le syndrome métabolique
 - 10.6.4. Conception de programmes d'entraînement en force dans le cadre du syndrome métabolique
- 10.7. Programmation de l'entraînement en résistance en salle
 - 10.7.1. Objectifs de l'entraînement en résistance dans le cadre du syndrome métabolique
 - 10.7.2. Volume et intensité et récupération de l'entraînement d'endurance dans le syndrome métabolique
 - 10.7.3. Sélection des exercices et méthodes d'entraînement en résistance dans le cadre du syndrome métabolique
 - 10.7.4. Conception de programmes d'entraînement en endurance dans le cadre du syndrome métabolique
- 10.8. Précautions et contre-indications pour l'entraînement en salle
 - 10.8.1. Évaluations pour la réalisation d'exercices physiques dans la population atteinte du syndrome métabolique
 - 10.8.2. Contre-indications au développement de l'activité chez le patient atteint du syndrome métabolique
- 10.9. Nutrition et mode de vie chez les patients atteints du syndrome métabolique
 - 10.9.1. Aspects nutritionnels dans le syndrome métabolique
 - 10.9.2. Exemples d'intervention nutritionnelle dans le syndrome métabolique
- 10.10. Conception de programmes de formation en salle chez les patients atteints de syndrome métabolique
 - 10.10.1. Conception de programmes de formation sur le diabète
 - 10.10.2. Conception de session d'entraînement dans le cadre du diabète
 - 10.10.3. Conception de programmes complets (interdisciplinaire et multidisciplinaires) d'intervention sur le diabète



Si vous voulez devenir l'un des meilleurs instructeurs de gymnastique, ce programme est fait pour vous"

06

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.



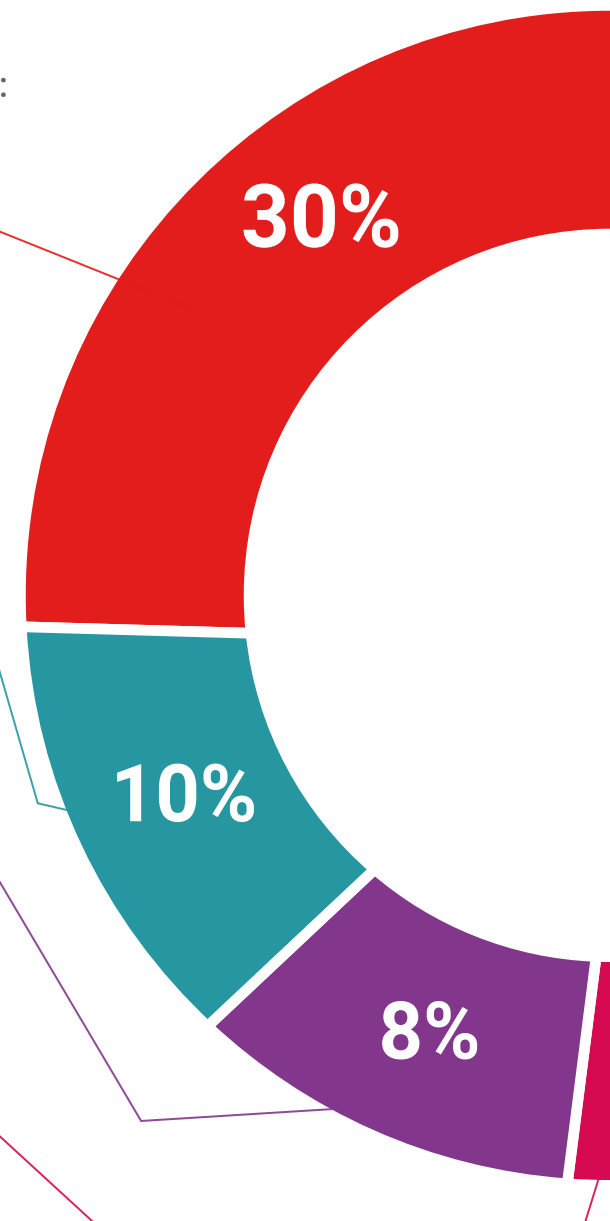
Pratique des aptitudes et des compétences

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.



07 Diplôme

Le Mastère Spécialisé en Coach Sportif vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire de Mastère Spécialisé délivré par TECH Université Technologique.



“

*Terminez ce programme avec succès et recevez
votre Mastère Spécialisé sans avoir à vous soucier
des déplacements et des procédures administratives”*

Ce **Mastère Spécialisé en Coach Sportif** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

Après avoir réussi les évaluations, l'étudiant recevra par courrier postal* avec accusé de réception le diplôme de **Mastère Spécialisé** par **TECH Université Technologique**.

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

Diplôme: **Mastère Spécialisé en Coach Sportif**

N.° d'heures officielles: **1.500 h.**

Approuvé par la NBA



tech université
technologique

Délivre le présent
DIPLÔME
à _____
Mme/M. _____, avec n° d'identification _____
Pour avoir finalisé et accrédité avec succès le programme de

MASTÈRE SPÉCIALISÉ
en
Coach Sportif

Il s'agit d'un diplôme spécialisé octroyé par cette Université d'une durée de 1.500 heures,
débutant le dd/mm/aaaa et finalisant le dd/mm/aaaa.

TECH est une Institution Privée d'Enseignement Supérieur reconnue par le
Ministère de l'Enseignement Public depuis le 28 juin 2018.

Fait le 17 juin 2020

Pre Tere Guevara Navarro
Rectrice

Université en ligne
officielle de la NBA

Ce diplôme doit impérativement être accompagné d'un diplôme universitaire reconnu par les autorités compétentes afin d'exercer la profession dans chaque pays. Code Unique TECH: AFWOR235 | tech@ute.com/diplomes

Mastère Spécialisé en Coach Sportif

Types de matière	Heures
Obligatoire (OB)	1.500
Optionnelle (OP)	0
Stages Externes (ST)	0
Mémoire du Mastère (MDM)	0
Total	1.500

Distribution Générale du Programme d'Études				
Cours	Matière	Heures	Type	
1 ^o	Physiologie de l'exercice et de l'activité physique	150	OB	
1 ^o	Logistique et rôle administratif du coach sportif	150	OB	
1 ^o	Entraînement à la Mobilité	150	OB	
1 ^o	Cours collectifs	150	OB	
1 ^o	Obésité et exercices physiques	150	OB	
1 ^o	Exercice physique pour les enfants, les adolescents et les personnes âgées	150	OB	
1 ^o	Exercices physiques et grossesse	150	OB	
1 ^o	Évaluation de la performance sportive	150	OB	
1 ^o	Entraînement en Force	150	OB	
1 ^o	Entraînement Personnel en salle de sport	150	OB	

Pre Tere Guevara Navarro
Rectrice

tech université
technologique

*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.

future
santé confiance personnes
éducation information tuteurs
garantie accréditation enseignement
institutions technologie apprentissage
communauté engagement
service personnalisé innovation
connaissance présent qualité
en ligne formation
développement institutions
classe virtuelle langues

tech université
technologique

Mastère Spécialisé Coach Sportif

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 12 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Mastère Spécialisé Coach Sportif

Approuvé par la NBA



tech université
technologique