

Formation INSEP

A destination des entraîneurs calédoniens
et des chefs de projet Jeux du Pacifique

CLIQUEZ ICI



Le plan de performance : préparation d'une échéance sportive

Après le succès de la première édition, l'INSEP, en partenariat avec le CTOS, renouvelle son action de formation à destination des entraîneurs calédoniens et des chefs de projets Jeux du Pacifique. Trois modules seront proposés autour du thème « Le plan de performance : préparation d'une échéance sportive ». Quatre intervenants de l'INSEP partageront leur savoir et expertise (voir ci-contre).

Trois modules de formation

1

VENDREDI
20 JUILLET
17H45 - 20H30

- Approche managériale du plan de performance

2

SAMEDI 21 JUILLET
8H - 17H

- Le plan de performance mentale 1
- Accompagner les acteurs de la performance (parties 1 et 2)
- Le plan de performance physique

3

SAMEDI 28 JUILLET
8H - 17H

- Le plan de performance nutritionnel
- Evaluer à l'aide de tests de terrain
- Le plan de performance mentale partie 2
- Analyse vidéo et échanges de pratiques

Thierry Dumaine

Responsable de l'Unité d'Aide à la Performance de Haut niveau, ancien entraîneur national de rugby à XIII.



Stéphane Caristan

Cellule évaluation de terrain et animateur du réseau des préparateurs physiques. Ancien entraîneur national d'athlétisme, champion du monde et finaliste olympique.



Anaëlle Malherbe

Unité d'aide à la performance, psychologue clinicienne du sport et préparatrice mentale.



Yann Le Meur

Direction de l'Executive Master « Trajectoire Manager Sport », coaching labellisé APPI, consultant en performance.

