

## FORMATION

Acquérir les bases du programme Fitennis™ pour un enseignement de qualité

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE LA FORMATION

- Etre un modèle technique et physique (maîtriser et exécuter parfaitement les mouvements)
- Etre capable de corriger individuellement chacun des élèves
- Faire progresser en donnant des objectifs relatifs à chacun
- Motiver ses participants par le langage et le visuel
- Communiquer sur le but et bénéfices des exercices
- Imposer un niveau d'exigence dans la préparation et le déroulé d'une séance Fitennis™

## PROGRAMME

### DESCRIPTION ET ANALYSE DU CONCEPT FITENNIS™

- Constat
- Notre Vision
- Méthodologie du programme Fitennis™

### FITENNIS « CHORÉGRAPHIE »

- Objectifs et bénéfices des exercices
- Gestion de l'intensité
- Analyse de la musique

### FITENNIS « MODÈLE TECHNIQUE »

- Travail technique et théorique des mouvements Fitness™ et tennis
- Exécution des mouvements Fitness et tennis

### FITENNIS « COACHING »

- La bonne information
- Organisation et structuration du cours
- Dynamisme pendant une séance

### FITENNIS « DÉVELOPPEMENT »

- Gestion de l'espace club
- Communication
- Promouvoir l'activité Fitennis™
- Réseaux sociaux



### PUBLIC CONCERNÉ

Enseignants et entraîneurs de toutes disciplines, coaches sportifs, professeurs d'EPS



### DÉROULEMENT DE LA FORMATION

24h pédagogiques sur 3 jours



### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Théorie en salle

Analyse et pratique sur le terrain

Manuel du programme Fitennis™ remis aux stagiaires



### SUIVI ET ÉVALUATION

Passage en maître de séance  
Attestation Fitennis™ en fin de formation



### TARIFS

Nous consulter



### LIEU

Nous consulter