PROGRAMME ACTIVITÉS PHYSIQUES

FORMATION BOXING TRAINING



TARIF

250 € TTC

Objectif de la formation :

Maîtriser les techniques d'entraînement inspirées de la boxe afin de créer des séances de coaching originales, dynamiques et sécurisées, tout en améliorant l'expérience et la fidélisation des clients.

Compétences développées :

- *Maîtriser les techniques de pieds-poings et leurs combinaisons.*
- *Intégrer le renforcement musculaire aux enchaînements de boxe.*
- *Créer des séances ludiques et intenses favorisant le dépassement de soi et la libération émotionnelle.*
- *Développer la coordination, la concentration et la confiance en soi des clients.*

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Être capable d'utiliser dans vos séances de coaching, des techniques basées sur les entraînements des boxeurs.
- Créer des séances idéales et originales d'entrainement et optimiser la fidélisation de vos clients.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Acquérir les techniques d'entraînement spécifiques aux boxeurs
- Intégrer ces techniques dans des séances de coaching attractives
- Créer des programmes d'entraînement originaux et adaptés
- Favoriser l'engagement et la fidélisation des clients
- Développer des compétences en coaching sportif innovant
- Optimiser la performance physique et mentale des participants

COMPÉTENCES VISÉES

- ✓ Maîtriser les fondamentaux des techniques de boxe
- ✓ Adapter les techniques de boxe aux besoins des clients
- ✓ Développer des programmes d'entraînement variés
- ✓ Optimiser l'efficacité des séances de coaching
- ✓ Favoriser la motivation et l'engagement des participants
- ✓ Intégrer des techniques novatrices dans les séances
- ✓ Consolider la confiance et la satisfaction client
- ✓ Améliorer les performances physiques à travers la boxe

DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE

01 ontenue de cette formation :

- Connaitre les techniques de pieds/poings tout en mettant en sécurité vos clients,
- Connaitre les combinaisons et enchainements pieds/poings,
- Etre capable de combiner le renforcement musculaire avec des enchainements pieds/Poings
- Etre capable de créer des décharges émotionnelles dans vos séances et les rendre plus
- Améliorer la coordination, la concentration et la confiance en soi chez vos clients

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Entrées et sorties permanentes : Non

ACCESSIBILITÉ HANDICAP

Nous prenons en compte tout besoin spécifique lié à différentes situations de handicap (pédagogie, matériel, moyens techniques et humains...). Merci de nous en informer lors de votre inscription.

La Formation Boxing Training est accessible aux personnes en situation de handicap grâce à une adaptation des équipements et un accompagnement individualisé. Nous assurons un environnement inclusif pour chaque participant, permettant l'apprentissage et la pratique des techniques de boxe dans les meilleures conditions possibles.