

HANDI SPORT & VOUS PRÉSENTE



DEVENEZ COACH HANDI-FITNESS

Formation destinée aux thérapeutes spécialistes de soins de santé et en rééducation, aux coaches et dirigeants de clubs fitness.

La FITPLAK® est un outil de remise en forme et répond à la problématique de l'intégration des personnes à mobilité réduite et des personnes âgées dans le fitness.

PROGRAMME

4 ET 5 DÉCEMBRE 2021

PLAN DIRECTEUR:

OBJECTIF PRINCIPAL: RÉPONDRE AUX BESOINS DE BIEN-ÊTRE ET À LA SANTÉ PHYSIQUE DES PERSONNES EN SITUATION D'HANDICAP.

OBJECTIFS:

HANDI-NOVA a pour but de développer un cadre de coaching hautement qualitatif, afin de promouvoir en Europe une participation mobilisatrice, inclusive et saine, offrant un contexte général qui permet d'engager et de soutenir un développement sain des personnes en situation d'handicap. HANDI-NOVA est une formation spécialisée dans les domaines de soin, de la rééducation, de l'accompagnement Fitness dédiée aux personnes handicapées, aux seniors et aux personnes à mobilité réduite. Dans un processus de changement, nous devons démystifier les notions d'handicap. Le travail d'accompagnement auprès des personnes en situation de handicap suppose des connaissances de base d'ordre médical, pathologique, psychologique et relationnel.

Handi Sport&Vous désire devenir, entre autre, un centre de formation de qualité entièrement dédié à cette cause. Devenez coach Handi Fitness La FITPLAK© est au centre de notre programme de formation.

Handi Sport&Vous désire devenir, entre autre, un centre de formation de qualité entièrement dédié à cette cause.

LA FITPLAK, PLANCHE D'EXERCICES PAR EXCELLENCE POUR LA RÉÉDUCATION PHYSIQUE

Le certificat d'instructeur FITPLAK est une formation qui confère à son titulaire la qualification nécessaire à l'utilisation du matériel FITPLAK et ses accessoires dans tout établissement ordinaire ou spécialisé proposant de la remise en forme (centre de fitness, centre de rééducation, association, cabinet de kinésithérapie, club sportif, Pôle de préparation physique).

La FITPLAK est au centre de notre programme de formation. Plus de 100 exercices sont accessibles avec cette plate-forme FITNESS destinée à aux personnes handicapées, à mobilité réduite et à toutes personnes valides désirant se remettre en forme.



PROGRAMME

FITPLAK PAR OLIVIER JAMES, INVENTEUR DE LA FITPLAK

JOUR 1

9h00 - 12h30

- Accueillir la personne en situation d'handicap au sein d'un programme sportif
- En apprendre davantage au sujet du handicap et de ses pathologies.
- Les bénéfices de l'inclusion et de la participation aux activités sportives pour les personnes en situation de handicap.
- Pathologique : Incapacités, limitations d'activités, Indicateurs à surveiller pour les personnes en situation de handicap.
- Données Théoriques : - Présentation, - Utilisation, - sécurité, - Manipulation
- Découvertes d'exercices de bases tous groupes musculaires sur différentes positions.

12h30 Lunch (inclus)

13h30 - 17h00

- Aspects pratiques :
 - Mise en place de thématiques d'entraînement
 - Cross training à objectif précis
 - Programmation de séances d'exercices
 - Training musculation
 - Analyse des déficits musculaires en fonction des 7 handicaps
 - Coaching individuel
 - Analyse mécanique et posturale de la personne porteuse d'un handicap
 - Coaching de groupe
 - Déverrouillage articulaire
- Débriefing et corrections

JOUR 2

9h00 - 16h00

- Situations pédagogiques et évaluation
 - Mise en situation pratique orientée construction de séances et cycle.
 - Concept de séance personal trainer
 - Concept de séance de groupe
 - Examen de mise en pratique
-



INSCRIPTION

Date limite: 1er décembre 2021

Inscription: HANDI@SPORTETVOUS.BE

Lieu de Formation: Rue Grande 14, Genly, 7040 Belgique.
(Commune de Quévy)

Coûts d'inscription: 525 euros. TVA Incluses.

Lunch du 4 et du 5 décembre inclus.

**FAITES PARTIE DE LA PREMIÈRE COHORTE
POUR LA CERTIFICATION
HANDI NOVA ET COACHING FITPLAK.**

**DEVENEZ DES AMBASSADEURS POUR UNE APPROCHE
INCLUSIVE DES PERSONNES HANDICAPÉES ET À MOBILITÉ
RÉDUITE, DU SPORT POUR TOUS!**

