



PREPARATION MENTALE D'UNE EQUIPE



Intervenante :

Nathalie CREPIN

Psychologue du sport
Préparatrice Mentale
Responsable du
C.R.O.P.S.



Intervenant :

Stéphane LIMOUZIN

Préparateur Mental
Membre du C.R.O.P.S.

Objectif de cette formation:

- Pouvoir intégrer tout au long de la saison des procédures, techniques et outils en préparation mentale pour optimiser l'efficacité des joueurs et de l'équipe.
- Développer ses connaissances sur les facteurs d'efficacité d'une équipe.
- Expérimenter des mises en situations pour optimiser les performances de l'équipe.

Contenu de formation :

1. Formation de l'équipe : connaître chaque joueur, son mode de communication et son fonctionnement. Connaître le profil de chaque joueur et de l'équipe, et de son rôle dans l'équipe.
2. Créer et développer une identité forte de l'équipe.
3. Faire émerger les leaders et les responsabiliser dans l'équipe.
4. Fixer des objectifs communs.
5. Développer la cohésion et la collaboration.
6. Accompagner le changement.
7. Développer le leadership du coach et du staff comme accélérateur de performance.
8. Etablir un profil de jeu de l'équipe.
9. Gérer collectivement les émotions et favoriser la confiance collective.
10. Gérer les événements à forts enjeux (pendant la saison mais aussi en fin de saison pour faciliter la saison d'après).

FORMATION
ORGANISEE PAR LE
C.R.O.P.S.

FORMATION
PREPARATION
MENTALE D'UNE
EQUIPE

LES 13, 14 ET 15 JUIN
2022

LIEU :
GITE DANS LES
HAUTS DE FRANCE

TARIF :
450 €

+150 € REPAS ET
HEBERGEMENT

C.R.O.P.S.

Bureau de poste
BP 10117

59635 Wattignies Cedex

crops@preparationmentale.fr

www.preparationmentale.fr





➤ **Public concerné :**

- ✓ Intervenants en psychologie du sport et en préparation mentale.
- ✓ Entraîneurs, sportifs, motivés par la préparation mentale.

Modalités d'inscription précisées sur le bulletin d'inscription joint. Nombre de places limité.

La formation est structurée en 3 temps :

- **1 temps en ligne de 1h30 une semaine avant les temps en présentiel ; (attentes des stagiaires/fonctionnement de la formation/présentation...).**
- **3 jours en présentiel, deux soirées comprises.**
- **1 temps en ligne de 1h30 une semaine après les temps en présentiel pour débrief et questions diverses.**

Tarif : 450 € + 150 € pour Repas et Hébergement obligatoire (cohésion !)

Date limite d'inscription : Lundi 30 mai 2022

Pour tout renseignement complémentaire:

- ✓ Florence Delerue : 06 75 45 12 71
- ✓ Mail : crops@preparationmentale.fr

FORMATION
ORGANISEE PAR LE
C.R.O.P.S.

FORMATION
PREPARATION
MENTALE D'UNE
EQUIPE

LES 13, 14 ET 15 JUIN
2022

LIEU :
GITE DANS LES
HAUTS DE FRANCE

TARIF :
450 €

+150 € REPAS ET
HEBERGEMENT

C.R.O.P.S.

Bureau de poste
BP 10117
59635 Wattignies Cedex

crops@preparationmentale.fr

www.preparationmentale.fr

