



Concevoir une préparation physique en Basket-ball pour son équipe (module 2)



DESCRIPTION

Maitriser les aspects technico-tactique du haut niveau,
Maitriser le fonctionnement d'une structure de haut niveau,
Maitriser les caractéristiques d'une équipe de haut niveau

OBJECTIFS

Développer les qualités physiques
Maîtriser les filières énergétiques
Programmer le renforcement musculaire

PRE-REQUIS

Entraîneurs déclarés auprès des équipes de clubs engagés dans les championnats NM3, NM2, Jeunes

DUREE

20 heures sur 1 journée(s)

PROGRAMME

Cf. Programme détaillé

LIEU ET DATES

PARIS (75000), du 19/01/2021 au 20/01/2021

COUT

Droit d'inscription : 450 € dont

- Frais pédagogiques : 450 €
- Frais annexes : 0 €

PUBLIC VISE

AUTRE TECHNICIEN
TECHNICIEN TITULAIRE BEES1

MOYENS PEDAGOGIQUES

Séance de formation en salle Mise en situation
Etudes de cas

Les + de cette formation

INTERVENANT(S)