

Remise en forme (sport pour tous), sport santé, réathlétisation - P-PFA

Niveau d'étude
Bac +3

Composante
Faculté des sciences du sport

Présentation

Description

Approche pratique d'outils numériques d'aide à l'entraînement (analyse vidéo, périodisation/programmation, ...)

Objectifs

Etre capable de mobiliser les modèles théoriques, technologiques et scientifiques pluridisciplinaires de la planification (programmation, périodisation, ...) de l'entraînement sportif et/ou de la préparation physique dans une discipline sportive, pour analyser la performance et élaborer un projet d'entraînement (niveau 4)

Heures d'enseignement

Remise en forme (sport pour tous), sport santé,
réathlétisation - C-PAS

Plate forme en autonomie

8h