



PROGRAMME DE FORMATION

CONSEIL EN COMPLEMENTS ALIMENTAIRES POUR SPORTIFS

PUBLIC CIBLE	PRÉ-REQUIS	TARIF	DURÉE ESTIMÉE
Les professionnels de la vente de compléments alimentaires et produits diététiques du sportif	Savoir, comprendre lire et parler le Français, Savoir utiliser un ordinateur et naviguer sur le web Maîtrise de word	1290€ TTC	35 Heures

OBJECTIFS DE FORMATION

- Perfectionnement/actualisation des connaissances
- Développement de compétences

POINTS FORTS

Intervenante Diététicienne titulaire depuis 2009 spécialisée et qualifiée en diététique du sport
Responsable de pôle formation – nutrition et formatrice à l'IFAS (Suisse) depuis 2011
Près de 15 ans d'accompagnement individuel auprès de sportifs professionnels et amateurs
Ancienne enseignante pour le BTS diététique, pour le BPJEPS et consultante auprès de laboratoires de compléments alimentaires pour sportifs – Formatrice experte pour les Sapeurs-Pompiers (SDIS83).

COMPETENCES ATTESTEES

A l'issue de la formation, **vous serez capable de :**

- Conseiller optimalement les compléments alimentaires et produits diététiques chez un client pratiquant un sport de force
- Conseiller optimalement les compléments alimentaires et produits diététiques chez un client souhaitant gérer au mieux son poids et sa composition corporelle
- Conseiller optimalement les compléments alimentaires et produits diététique chez un client pratiquant un sport d'endurance à titre personnel ou professionnel



Votre client sera capable de :

- Connaître les limites d'utilisation des compléments alimentaires et produits diététiques du sportif dans une démarche de prévention des conduites dopantes et du dopage
- Faire le bon choix des compléments alimentaires du sportif (prise de masse musculaire, sèche, endurance, compétition)
- Utiliser les compléments alimentaires en fonction de sa discipline sportive, de ses habitudes alimentaires, des contraintes existantes et de ses objectifs.

CONTENUS PÉDAGOGIQUES

- Module 1: Etude du métabolisme
- Module 2: Les protéines chez le sportif
- Module 3: Les lipides chez le sportif
- Module 4: Les glucides chez le sportif
- Module 5: Les vitamines, les minéraux et Oligo-éléments chez le sportif
- Module 6: L'hydratation chez le sportif et étude des boissons
- Module 7: Les fondamentaux de l'hygiène alimentaire du sportif
- Module 8: Nutrition et gestion de poids
- Module 9: Nutrition pour la prise de masse musculaire
- Module 10: Nutrition du sportif d'endurance
- Module 11: Introduction aux compléments alimentaires et produits diététiques
- Module 12: Les compléments alimentaires et produits diététiques pour la perte de poids
- Module 13: Les compléments alimentaires et produits diététiques pour la prise de masse musculaire
- Module 14: Les compléments alimentaires et produits diététiques du sportif d'endurance
- Module 15: Décryptage des étiquettes alimentaires

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- 1 Classeur
- Accès à la plateforme LMS 7J/7J (vidéos d'apprentissage, forum de discussion, quizz)
- Tutorat 5J/7J (Du lundi au vendredi de 9H00 à 16H00)

MOYENS TECHNIQUES

- Un ordinateur connecté à internet
- Logiciel de traitement de texte (Word Excel)
- Une bonne connexion Navigateur dernière version (Chrome)

ÉVALUATION

1 QCM en ligne

Une fois la formation terminée et l'obtention d'une moyenne supérieure ou égale à 10/20, une attestation de fin de formation sera délivrée.

Cette attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action de formation.



SANCTION DE LA FORMATION

- Une attestation de formation « Conseil en compléments alimentaires pour sportifs » après validation des épreuves.

MODALITÉS D'ACCÈS

- Inscription sur dossier (CV, lettre de motivation, copie des diplômes/titres)
- Formation accessible PMR (formation 100% en ligne)
- Pour tout autre situation individuelle nécessitant de notre part une adaptation de la formation ou un besoin de compensation, nous contacter.

CONDITIONS DE REALISATION ET D'ENCADREMENT (MODALITES PEDAGOGIQUES)

- Formation de 35 heures
 - Un parcours en E-learning de 35 heures sur plateforme LMS 100% autonomie
- Diffusion individuelle des 15 Modules par ordre chronologique après validation complète du module précédent.
- Assistance technique et/ou pédagogique en intersession (du lundi au vendredi) sur demande par téléphone ou par mail

DATES D'ENTREES EN FORMATION

Entrées en formation 365J/365J

