



LMT ACADEMIE

APPRENDRE ENSEMBLE, PERFORMER ENSEMBLE



RENFORCER LA PERFORMANCE ET LA COHÉSION DE VOS ÉQUIPE EN ENTREPRISE GRÂCE AU SPORT

PROGRAMME DE LA FORMATION



Module 1 : Pourquoi le sport en entreprise ?

Découvrir les fondements scientifiques et humains des bénéfices du sport.

- Impacts sur la santé physique et mentale (OMS, 2020)
- Prévention du stress et amélioration de la productivité
- Santé, bien-être et performance durable

Module 2 : Le sport comme outil managérial

Apprendre à transposer les principes du sport de haut niveau dans la gestion d'équipe.

- Leadership et motivation
- Esprit collectif et communication
- Gestion du stress et intelligence émotionnelle

Module 3 : Les soft skills du manager-coach

Développer les compétences humaines inspirées du sport :

- Leadership positif
- Communication efficace
- Adaptabilité et résilience
- Gestion des émotions

Module 4 : Études de cas et mise en pratique

Analyser et s'inspirer d'expériences concrètes (Décathlon, Google, etc.).

- Le sport comme catalyseur de dialogue et d'innovation
- Ateliers pratiques : coaching d'équipe, défis collectifs, retours d'expérience
- Construction d'un plan d'action adapté à votre environnement professionnel





LMT ACADEMIE

APPRENDRE ENSEMBLE, PERFORMER ENSEMBLE



① PRÉ REQUIS



- Aucun pré requis

② MODALITE D'INSCRIPTION



- Remplir le formulaire d'inscription disponible sur notre site web ou par mail.
- Retour des conventions signées et tamponnées.

③ RESSOURCES PEDAGOGIQUES



- Une salle de formation pour les cours théoriques.
- Des documents techniques.
- Du matériel pédagogique.

④ VALIDATION DE LA FORMATION

- Présence à la formation.
- Mini projet sport en entreprise à finaliser.

⑤ DURÉE DE LA FORMATION

- Une journée soit 7h00 (adaptabilités possible en fonction des horaires de votre entreprise).

⑥ PRIX DE LA FORMATION

- 1080,00 € Hors taxes
- 1296,00 € T.T.C

ACADÉMIE
SPORTS TRAINING ACADEMY

