



## Fiche Formation Courte

### Intitulé : Coaching sportif digital et réseaux sociaux

Organisme de formation : Activity Training Pyrénées (ATP64)

Adresse : 5, allée Buffon - 64000 Pau

Responsable pédagogique : Damien Garrigou

### Objectif général

Développer les compétences nécessaires pour promouvoir et valoriser son activité de coach sportif sur les réseaux sociaux et mettre en place un accompagnement digital de ses clients.

### Objectifs spécifiques

- Identifier les usages professionnels des réseaux sociaux dans le coaching sportif
- Créer et optimiser ses profils professionnels (identité visuelle, biographie, cohérence)
- Concevoir du contenu attractif (photo, vidéo, post, story) adapté à son public
- Construire une stratégie de communication digitale simple et efficace
- Utiliser les outils du coaching à distance (plateformes, suivi client, planification)

### Public concerné

Stagiaires en BPJEPS AF ou professionnels du sport souhaitant développer leur présence en ligne.

### Durée

49 heures (7 jours).

## Programme

### Jour 1 — Crée son identité et comprendre les réseaux :

- Image du coach : éthique, posture, cohérence professionnelle
- Introduction au marketing digital dans le sport
- Choix des plateformes selon le public (Instagram, TikTok, Facebook, YouTube)

### Jour 2 — Crée son identité et comprendre les réseaux :

- Optimisation du profil professionnel : bio, lien, visuels, hashtags
- Atelier pratique : création ou mise à jour de son profil professionnel

### Jour 3 — Crée, publier et fidéliser :

- Types de contenu qui fonctionnent (avant/après, conseils, stories, témoignages, challenges)
- Notions de storytelling et de calendrier éditorial
- Bases de la vidéo (cadrage, lumière, montage simple sur smartphone)

### Jour 4 — Mise en situation :

- Atelier : création d'un mini-plan de communication et tournage d'un réel

### Jour 5 — Le coaching en ligne :

- Introduction au coaching en ligne : outils de suivi (MyCoach, TrueCoach, Google Sheets, etc.)
- Création d'un suivi en ligne

### Jour 6 — Évaluation

Présentation d'un mini-plan de communication + création d'un contenu vidéo court (réel ou story professionnelle).

### Jour 7 — Bilan et remédiation

## Validation

Attestation de compétences : « Utiliser les réseaux sociaux et les outils numériques pour valoriser et développer son activité de coach sportif.

