



**Réseau
Volodalen coaching**

Réseau de coachs



- ◆ Vous êtes formés dans les métiers du sport et/ou de la préparation physique (Brevet d'état, Licence, Master STAPS)
- ◆ Vous connaissez la course à pied
- ◆ Vous souhaitez créer et/ou animer des actions de coaching collectif à proximité de chez vous
- ◆ Vous avez (ou allez avoir) un statut d'indépendant (auto-entrepreneur) ou vous dépendez d'une structure existante (association, société)
- ◆ Vous êtes mobile dans votre région
- ◆ Volodalen, le spécialiste de l'entraînement et de la forme et Zatopek, le premier magazine running et santé de votre région vous proposent de rejoindre le nouveau réseau "Volodalen Running Coach"
- ◆ Notre philosophie : agir, courir, bouger, en toute convivialité, dans le plaisir et le respect de la personne

Le réseau Volodalen en partenariat avec Zatopek magazine vous apporte...



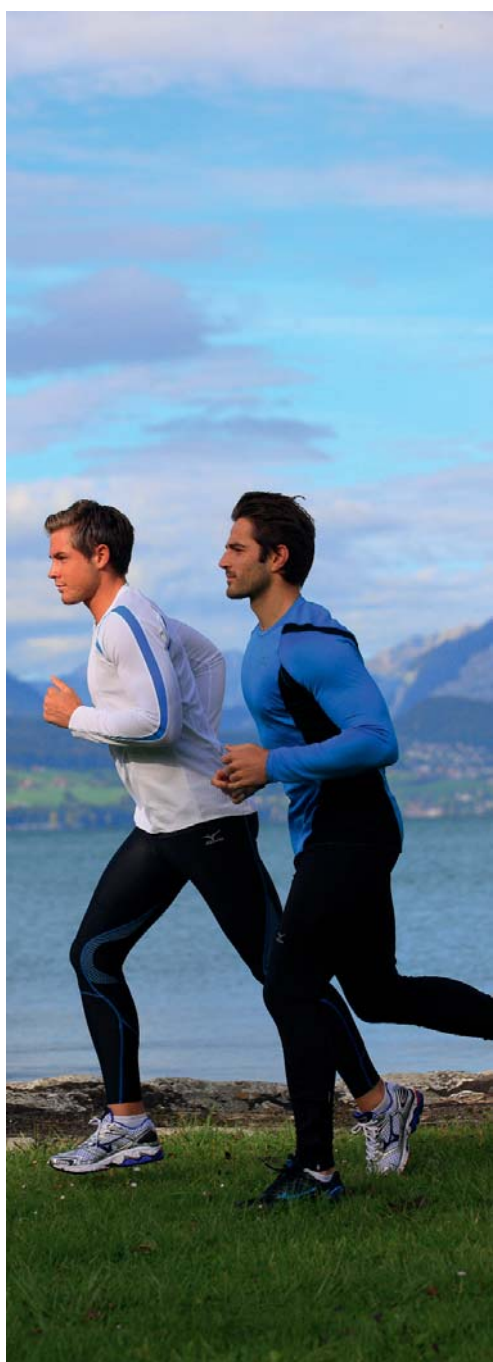
- ◆ Des prestations de coaching collectif
- ◆ Une communication et une dynamique nationale
- ◆ Une présence dans les pages régionales du magazine Zatopek
- ◆ Des outils pédagogiques (programmes nationaux) et des moyens de communication vous permettant de générer de nouvelles actions de coaching collectif
- ◆ Une formation et un suivi dispensés par Volodalen



Zatopek magazine

LE 1^{ER} MAGAZINE RUNNING & SANTÉ DE VOTRE RÉGION

Les actions au sein du Réseau Volodalen Coaching



Le réseau Volodalen en partenariat avec le magazine Zatepek propose une suite d'actions, dont la première sera **“Je cours pour ma forme”** :

JCPMF est un programme de mise en condition physique par la course, pour le débutant. Chaque session dure 12 semaines et comporte une séance d'entraînement collectif par semaine insérée au sein d'un plan d'entraînement comprenant 3 séances par semaine.

> Vous animez les entraînements collectifs et assurez le suivi du programme d'entraînement. Ce programme existe depuis 4 ans en Belgique et rassemble plusieurs milliers de personnes.



Trois autres actions seront créées ultérieurement :

- ◆ Défi sport : Préparation de 12 semaines pour participer à une course partenaire
- ◆ Défi sport en entreprise
- ◆ Je cours pour ma forme en entreprise : Réalisation du programme JCPMF en entreprise

Les actions au sein du Réseau Volodalen Coaching



Prestations

Les prestations seront variables selon le programme mis en oeuvre. Elles comprendront une partie fixe et une partie proportionnelle au nombre de participants.

Nous proposons ci-dessous un exemple de rémunération pour l'action JCPMF :

- ◆ Le coach anime un groupe composé de 55 à 25 « néo-coueurs ».
- ◆ Il relaie l'action JCPMF auprès des coureurs
- ◆ Il propose et anime une séance d'entraînement par semaine (environ 1h à 1h30' par séance)
- ◆ La session JCPMF dure 12 semaines
- ◆ Le coach peut animer plusieurs sessions conjointement dans son espace géographique
- ◆ A chaque semaine d'entraînement, le coach reçoit une rémunération fixe de 15€ et une partie variable de 1€ par coureur pour assurer une séance et le suivi de l'entraînement. Pour une session de 12 semaines avec un groupe de 20 personnes, le coach reçoit :
Par séance chaque semaine : 15€ fixe + 20 fois 1€ soit 35€
Pour une session JCPMF de 12 semaines : 12 x 35€ soit 420€

Formation

Une prochaine formation aura lieu en 2013, d'ici là une formation à distance est possible.

Le coach paie cette formation et la mise en place du concept JCPMF au prix de 250€ (formation - tenue - concept et pack JCPMF).

Il devient coach du réseau dès la mise en place de la première formation. Le coach est en lien continu avec le coordinateur du réseau.

En intégrant le réseau Volodalen Coaching je bénéficie...



- ◆ Des formations dispensées par Volodalen
- ◆ Des actions de coaching collectif



- ◆ D'un kit formation : veste et ouvrage «Je cours pour ma forme»
- ◆ D'un kit média : communiquez efficacement au niveau local et national grâce au magazine Zatopek et au site internet Volodalen. Tous les outils nécessaires (affiches, flyers) vous seront fournis.



- ◆ Du dynamisme du réseau (espace internet d'échange coachs)

Vous souhaitez rejoindre le réseau Volodalen ?

Envoyez vos coordonnées accompagnées
d'un Curriculum Vitae à Volodalen :

Volodalen

10, Lieu-Dit sous le Diévant

39270 Chauéria

Mail : laura@zatopekmagazine.com

Tel : 06 77 14 37 00

Ou inscriptions en ligne sur le site Volodalen

www.volodalen.com

Bulletin d'inscription :

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

Tel :

Mail :

Indiquez en quelques lignes votre vision du rôle de
coach sport/bien-être :

.....

.....

