



BACHELIER EN COACHING SPORTIF

(EN CODIPLOMATION AVEC HECh)

Vous souhaitez accompagner les personnes vers des objectifs / performances sportives ?

Vous souhaitez accompagner les personnes vers un mieux-être ?

LE MÉTIER

Être coach sportif c'est être un spécialiste du corps qui accompagne et oriente les personnes dans la concrétisation de leurs objectifs en lien avec le sport.

Il ou elle assure un coaching personnel ou collectif pour tout type de public dans de nombreux secteurs :

- organisations publiques ou privées œuvrant dans le domaine du sport ou de la compétition sportive ;
- centres de fitness ;
- entreprises désireuses d'apporter une aide à la prise en charge du développement physique de leur personnel ;
- accompagnement individuel des sportifs ;
- centres de thalassothérapie ou de remise en forme ;
- institutions publiques locales ou régionales intervenant auprès des personnes âgées, porteuses d'un handicap...

LA FORMATION

La formation est basée sur l'alternance de cours pratiques et théoriques, comprenant de nombreux ateliers, séminaires et stages. Les étudiantes et les étudiants pourront se spécialiser soit dans l'option Préparation physique et entraînement, soit dans l'option Wellness et activités physiques différenciées.

Tout au long de leur cursus, Les étudiantes et les étudiants :

- participent à des stages sportifs résidentiels et des journées liées au dépassement de soi ou à la thalassothérapie ;
- suivent des formations complémentaires en partenariat avec l'ADEPS : le brevet GIS (gestion des infrastructures sportives) et le brevet en handisport et sport adapté. ■



BACHELIER EN COACHING SPORTIF

Bloc : 1*

UNITÉS D'ENSEIGNEMENT	CRÉDITS	HEURES	PÉRIODE
ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE			
Activités physiques différenciées	7		Q2
Méthodologie adaptée - aspects pratiques		18	
Physiologie générale		42	
Spécificités des types de publics		24	
Communication et expression	7		Q2
Activités rythmiques		36	
Expression orale et écrite		24	
Techniques d'animation		24	
Connaissances du corps (découverte)	7		Q1
Activités motrices individuelles		12	
Anatomie		36	
Conditionnement physique et Natation		24	
Sciences générales		12	
Connaissances relationnelles	6		Q1
Déontologie		30	
Psychologie appliquée		24	
Sociologie et diversité culturelle		18	
Entraînement	8		Annuel
Paramètres de la condition physique		12	
Planification de l'entraînement		30	
Renforcement musculaire et préparation physique générale		42	
Gestion de structures sportives	7		Q1
Analyse de l'environnement institutionnel du sport en Fédération Wallonie-Bruxelles		30	
Assurances et responsabilité civile		24	
Outils de gestion /Comptabilité		42	
Travaux pratiques et stages	10		Annuel
Ateliers pratiques : aspects fitness, entraînement et gestion		90	
Colloques et séminaires		15	
Stages		45	
Wellness	8		Q2
Anatomie palpatoire et préparation au massage sportif		24	
Éducation à la santé et sa promotion		24	
Hygiène alimentaire		24	
Relaxation		24	
TOTAL	60	750	

Bloc : 2*

UNITÉS D'ENSEIGNEMENT	CRÉDITS	HEURES	PÉRIODE
ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE			
Communication et expression	8		Q1
Expression orale		30	
Psychologie sociale et relationnelle		30	
Tendances actualisées des activités rythmiques		30	
Connaissances du corps (approfondissement)	8		Q2
Activités motrices individuelles		15	
Analyse du mouvement		30	
Conditionnement physique		30	
Traumatologie et pathologie		30	
Management et organisation	8		Q1
Anglais spécifique de base		30	
Gestion d'activités physiques de groupes		30	
Management orienté		15	
Outils informatiques et logiciels spécifiques		15	
Recherche et ouverture professionnelle	6		Q2
Élaboration du projet professionnel		15	
Initiation à la recherche et préparation du TFE		30	
Stage de dépassement de soi (résidentiel)		30	
Travaux pratiques et stages	12		Annuel
Ateliers pratiques		90	
Identité professionnelle		30	
Stages		60	
TOTAL	42	540	

OPTION WELLNESS

Activités physiques différenciées	9		Q1
Accompagnement différencié		30	
Activités physiques adaptées		30	
Gérontologie appliquée		15	

Bloc : 2* suite

	Physiologie orientée		30	
	Psychomotricité		15	
Wellness		9		Q2
	Bien-être naturel		30	
	Hygiène alimentaire spécifique		30	
	Relaxation adaptée		30	
	Techniques de massage		30	

OPTION PRÉPARATION PHYSIQUE

Gestion des structures sportives		9		Q2
	Aspects commerciaux, marketing et publicité		30	
	Législations régionale et fédérale		15	
	Organisation et gestion des établissements et services		30	
	Outils de gestion /Comptabilité (théorie et pratique)		45	
Préparation physique		9		Q1
	Hygiène alimentaire du sportif		15	
	Physiologie de l'effort		30	
	Planification de l'entraînement (théorie et pratique)		30	
	Préparation physique orientée - quantification de la charge		30	
	Tests physiques et barèmes sportifs (évaluation)		15	

Bloc : 3*

UNITÉS D'ENSEIGNEMENT		CRÉDITS	HEURES	PÉRIODE
	ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE			
Communication et expression		6		Q1
	Anglais spécifique en situation de coaching		30	
	Expression gestuelle et motrice		15	
	Outils informatiques et montages multimédia		30	
	Techniques d'accueil et d'écoute active		30	
Connaissances du corps (perfectionnement)		5		Q2
	Activités sportives diversifiées		15	
	Analyse du mouvement		15	
	Conditionnement physique		30	
	Épidémiologie		15	
Groupes et collectives		5		Q1
	Gestion d'équipe et teambuilding		30	
	Organisation et gestion de réunions		30	
	Techniques d'animation de groupes		30	
Recherche et ouverture professionnelle		5		Annuel
	Brevet de premiers secours et aspects de prévention		30	
	Recherche et préparation du TFE		15	
	Sports émergents		15	
	Stage pluridimensionnel (résidentiel)		30	
Stages d'immersion professionnelle		10		Annuel
	Stages, séminaires et travaux pratiques		150	
Travail de fin d'études		15		Annuel
	Travail de fin d'études		0	
TOTAL		46	510	

OPTION WELLNESS

Activités physiques différenciées		7		Q1
	Accompagnement différencié		15	
	Psychomotricité différenciée (y compris de type gérontologique)		15	
	Réinsertion sociale par le sport		15	
	Santé mentale et sports		30	
	Sport en entreprise		15	
	Sports adaptés		30	
Wellness		7		Q2
	Activités aquatiques spécifiques		15	
	Détente et thermalisme		30	
	Développement personnel et réalisation de soi		15	
	Gestion du stress		15	
	Posture et gainage		30	
	Techniques spécifiques de massage et de relaxation		15	

OPTION PRÉPARATION PHYSIQUE

Gestion des structures sportives		7		Q2
	Droit spécifique et principes de sécurité		30	
	Économie et comptabilité liées à la gestion d'un centre sportif		15	
	Gestion de PME		30	
	Gestion technique et administrative des infrastructures		30	
	Organisation d'évènements sportifs		15	
Préparation physique spécifique		7		Q1
	Analyse du modèle de prestation et coaching spécifique		15	
	Management sportif / gestion des médias et sponsoring		30	
	Notions de réathlétisation		30	
	Physiologie de l'effort et planification		15	
	Psychologie du sport et imagerie mentale		30	

DROIT D'INSCRIPTION

Pour l'année académique 2023-2024, le minerval s'élève, pour les études de niveau Bachelier, à :

- **175,01 €** en 1^{er} bloc et en 2^e bloc (par année académique)
- **227,24 €** en 3^e bloc

Particularités qui modifient ce droit d'inscription :

- Statut d'étudiant de condition modeste :
 - **64,01 €** en 1^{er} et en 2^e bloc
 - **116,23 €** en 3^e bloc
- Bénéficiaire d'une allocation d'études :
 - **0 €**
- Originaire d'un pays hors Union européenne :
 - Droit d'inscription spécifique et supplémentaire de **992 €** par bloc

FRAIS SPÉCIFIQUES

Des frais spécifiques sont ajoutés au montant du minerval. Seul le montant relatif aux activités doit être payé. Concernant le matériel, vous pouvez l'acquérir par vos propres moyens ou auprès de la HEPL.

Option Préparation physique

- Bloc 1 : activités, **250 €**
- Bloc 2 : activités, **250 €**
- Bloc 3 : activités, **20 €**

Option Wellness

- Bloc 1 : activités, **250 €**
- Bloc 2 : activités, **265 €**

CONTACTS

HAUTE ÉCOLE DE LA PROVINCE DE LIÈGE
DÉPARTEMENT SCIENCES PSYCHOLOGIQUES
ET DE L'ÉDUCATION
+32 (0)4 279 49 16
peda.secretariat@hepl.be

HAUTE ÉCOLE CHARLEMAGNE
DÉPARTEMENT PÉDAGOGIQUE
+32 (0)4 254 76 00
secr.rivageois@hech.be

ADRESSE

BACHELIER EN COACHING SPORTIF

Rue Beeckman, 19
4000 Liège



Éditeur responsable : Province de Liège - 18A Place Saint Lambert - 4000 Liège - IAO DGE-SPIC-CC

BACHELIER EN COACHING SPORTIF



D'autres informations vous attendent sur notre site Internet : www.hepl.be