

RENTRE DANS LA LÉGENDE



MON HISTOIRE

Jérémy Bertin est "un passeur" international français de rugby à 7 et joueur professionnel de rugby à XV pendant 10 ans. Il est aujourd'hui coach, consultant, formateur et entraîneur. Spécialisé dans la cohésion de groupe et la préparation mentale des managers, Il modélise de manière simple la complexité des systèmes et oeuvre pour que sa théorie de terrain puisse être comprise de tout le monde. Passionné par l'humain et l'altruisme, il cherche toujours l'équilibre entre le bien-être, la performance, l'individu et le collectif. Il est le co-auteur du livre la préparation mentale du coach sportif. Il a créé une équipe d'expert qui l'accompagne dans vos projets les plus audacieux.



**Expert Préparation Mental Focus
DES JEPS rugby à XV
DE JEPS rugby à XV
D.U Préparation mentale
D.U Préparation physique
Praticien PNL
COACH ENTREPRISE "Coach and Team"**

NOS CLIENTS



L'ENTREPRISE



**LE MONDE DU SPORT
ET DE L'ART**



**LA SANTÉ
LE BIEN-ÊTRE**



L'EDUCATION

NOS PROGRAMMES

CONSTRUIRE SA DREAM TEAM

P6

COMPRENDRE LES TOURS DU MAGICIEN

P8

DEVENIR UN SUPER-HÉROS

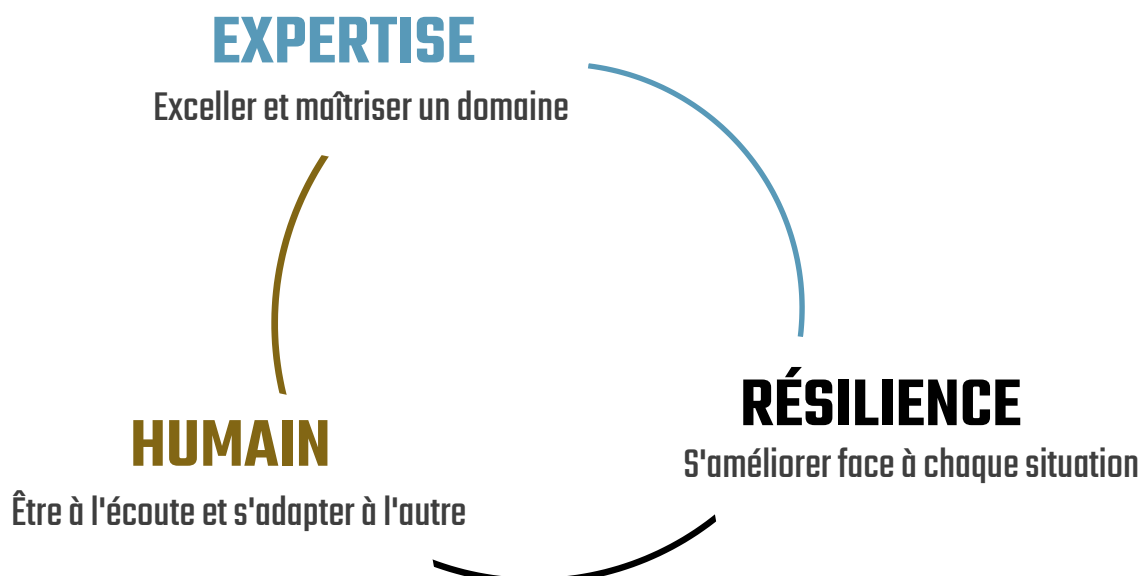
P10

DEVELOPPER SON EXCELLENCE

P12

NOS CHAMPS D' ACTIONS INDIVIDUELS

1. Maîtriser son **STRESS**
2. Gérer ses **ÉMOTIONS**
3. Consolider sa **CONFIANCE** et **ESTIME** de soi
4. Booster sa **MOTIVATION** et ses **OBJECTIFS**
5. Accroître sa **CONCENTRATION** et sa **RECONCENTRATION**
6. Créer des **ROUTINES** et atteindre le **FLOW**
7. Cultiver le **LÂCHER PRISE** et le **REGARD DES AUTRES**
8. **PROGRAMMER** sa réussite
9. S'entraîner à **SE DÉPASSER**
10. Revenir plus fort d'une **BLESSURE** (physique et psychologique)



NOS CHAMPS D' ACTIONS COLLECTIFS

1. Construire une **ÉQUIPE GAGNANTE**

2. Maîtriser la **DYNAMIQUE DE GROUPE**

3. Adapter son **MANAGEMENT** à son équipe

4. Motiver et réussir ses **OBJECTIFS COLLECTIF**

5. Se créer des **RITUELS D'ÉQUIPE**

6. Apprendre à **TERMINER EN BEAUTÉ**

7. Apprendre à **RÉGULER LES CONFLITS**

8. Faire de sa **DIFFÉRENCE** une force

9. Apprendre à **BIEN COMMUNIQUER**

10. Vivre des **ÉMOTIONS FORTES** ensemble

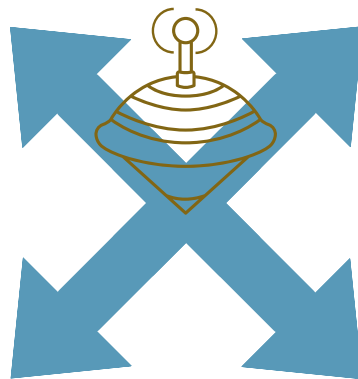


Collectif

Performance

Bien-être

Individu



CONSTRUIRE SA DREAM TEAM

SEMINAIRES - FORMATIONS CONFÉRENCES - TEAM BUILDING

Jérémy et son équipe accompagnent des entreprises, des clubs sportifs et des organismes dans le développement de leur cohésion sociale et opératoire.

L'objectif de cette approche est de créer une dynamique de groupe performante à tout épreuve menant en haut des sommets visés avec le plus de confort possible.

Le réseau développé depuis plusieurs années nous permet de vous organiser des prestations clefs en mains.

Nous pouvons nous occuper :

- du lieu de représentation
- de l'hébergement
- de la restauration
- des animations sportives et culturelles

et ainsi de répondre à vos besoins..

FORMAT IMMERSION



STAGE COHÉSION - SÉMINAIRE

UN À PLUSIEURS JOURS

Séjour clefs en main sur mesure.

Vivez une situation impactante en collectif
Expérimentez des thématiques PM, des activités physiques et culturelles pour devenir une équipe gagnante.

FORMAT ATELIERS

FORMATIONS PAR THÈME

DEMI JOURNÉE À PLUSIEURS JOURS

Formations internes ou externes de vos collaborateurs ou de vos services sur des ateliers thématiques ou des cursus de formation.

FORMAT AUTONOMIE

E-LEARNING

14H À 100H

Formez vous et vos équipes sur les plateformes de formations sur les bases de chaque thématiques.

à partir de 14h



COMPRENDRE LES TOURS DU MAGICIEN

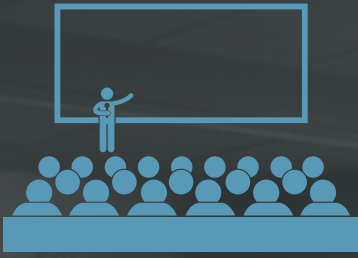
FORMATIONS

Jérémy et son équipe vous accompagnent dans le développement de vos compétences personnelles. Vous allez être plus lucide, avoir des bases solides et pouvoir entraîner en préparation mentale.

L'expertise dans nos enseignements permet de vous fournir des contenus adaptés aux différentes problématiques que vous pouvez rencontrer dans votre quotidien, face aux stress, aux problématiques personnelles et aux difficultés de groupe.

Nos formations sont conçues pour être accessibles à l'ensemble des personnes souhaitant acquérir les bases de la préparation mentale. Nous offrons 2 niveaux de compétences:

- L'initiation - niveau 1
- L'expert - niveau 2



NIVEAU 2- MASTERCLASS

EXPERT - 3 jours de présentiel

Lors de séminaires thématiques, nous approfondissons les thématiques déjà vu en e-learning par le stagiaire.

L'intérêt de venir en présentiel est d'acquérir des outils de terrain permettant d'être meilleur dans sa pratique de la PM et de pouvoir entraîner des athlètes ou collaborateurs.



NIVEAU 1- E-LEARNING

INITIATION - 14h de connaissance

Formez vous à votre rythme sur les thématiques de bases de la Préparation mentale. Devenez lucide sur vos compétences, apprenez les concepts principaux de chaque thématique, construisez vous une culture générale de la preparation mentale.

14h de concept théorique de base sur chaque thématique

DEVENIR UN SUPER-HÉROS

ACCOMPAGNEMENT

Jérémy accompagne des athlètes et des managers d'entreprises avec des outils de préparation mentale pour qu'ils réalisent leurs rêves, lèvent leurs freins, et soient heureux dans l'atteinte de leur objectif.

L'expertise dans ses enseignements permet de fournir des contenus adaptés aux problématiques rencontrées face aux stress, aux peurs et aux échecs dans le quotidien des sportifs, artistes, manager en entreprise...

Ses formations et ses interventions sont conçues pour être accessibles à l'ensemble des personnes souhaitant être plus performant dans son activité.

ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

ENTRAINE TON MENTAL

1 heure

A partir de 70€
(VISIO - ENTRETIEN)



VISIO

DISPONIBILITÉ SANS FRONTIÈRE

La technologie nous permet de pouvoir travailler sans limite de lieux, d'horaire et d'espace. Il suffit d'être connecté !



ENTRETIEN LIVE

EXPERIMENTER EN LIVE

Le présentiel nous permet de matérialiser les concepts et de faire de la préparation de terrain intégré sur vos lieux d'entraînement ou de travail.

DEVELOPPER SON EXCELLENCE

FORMATION DE CADRE

Jérémy est jury pour des formations d'entraîneurs et de coachs en entreprise. Il accompagne aussi des stagiaires en préparation mentale comme tuteur. Il aide des étudiants et entraîneurs à repasser leur diplômes en reprenant avec eux toute la méthodologie des concours.

Son expertise en PNL et sa formation "coach and team" lui permet aussi de voir tous les jeux qui se jouent dans la relation coach/coaché. Il est superviseur Focus, l'école de la préparation mentale.

Il pilote et anime des formations de cadres pour améliorer la pédagogie, la méthodologie et les connaissances des entraîneurs et des professionnels de l'accompagnement dans diverses structures

TUTORAT

OPTIMISE TA PRATIQUE

Accompagnement de stagiaire sur sa pratique son savoir et son savoir-faire lors de formation en préparation mentale ou autres diplômes.

1 heure

A partir de 70€
(VISIO - ENTRETIEN)

SUPERVISION

CHALLENGE TON EXPERTISE

Accompagnement du coach professionnel sur sa posture et ses problématiques

1 heure

A partir de 120€
(VISIO - ENTRETIEN)



CONTACT

CONTACT@JEREMY-BERTIN.FR

WWW.JEREMY-BERTIN.FR

06.14.10.27.88