

LE PREMIER MODULE DE FORMATION
ADVANCED OXYGEN ADVANTAGE EN FRANÇAIS,
POUR DEVENIR INSTRUCTEUR ET
COACH CERTIFIÉ OXYGEN ADVANTAGE.

LES COURS SERONT DONNÉS LIVE EN
LIGNE PAR ZOOM SUR **7 MODULES**
(AVEC UN MODULE ADDITIONNEL ET
OPTIONNEL POUR L'EXAMEN). ILS
SERONT ENREGISTRÉS ET ACCESSIBLES
APRÈS CHAQUE SÉANCE.



CHAQUE COURS DURE 2 HEURES. LES DATES ET HORAIRES SONT CI-DESSOUS:

HEURE ET DATES:

COURS 1:

06/10/2020

18h30 - 20h30
heure de PARIS via



COURS 2:

07/10/2020

12h - 14h
heure de PARIS via



COURS 3:

09/10/2020

18h - 20h
heure de PARIS via



COURS 4:

10/10/2020

10h - 12h
heure de PARIS via



COURS 5:

12/10/2020

12h - 14h
heure de PARIS via



COURS 6:

14/10/2020

12 - 14h
heure de PARIS via



COURS 7:

16/10/2020

18h - 20h
heure de PARIS via



COURS 8:

Module EXAMEN
19/10/2020

12h - 14h
heure de PARIS via



CONTENU DU COURS

LES 7 MODULES DE 2 HEURES VISENT À APPRENDRE:

- L'ensemble COMPLET des compétences nécessaires pour réaliser et maintenir les transformations de santé et de performance de vos clients
- La chance unique d'APPRENDRE DIRECTEMENT en FRANÇAIS dans un cadre de classe «en direct» et suivre ensuite gratuitement les cours en anglais avec l'expert en respiration Patrick McKeown*
- Des outils qui amélioreront votre potentiel personnel et professionnel
- La satisfaction de voir vos clients et étudiants atteindre des RÉSULTATS MESURABLES
- Une compréhension approfondie des outils, tactiques et stratégies nécessaires pour PERSONNALISER CHAQUE EXPÉRIENCE CLIENT

*Les équivalents des 7 cours en anglais de Patrick McKeown sont accessibles en ligne gratuitement à tous les participants au module en français.

POUR UN INVESTISSEMENT DE 995 €,
VOUS RECEVREZ PLUS DE 100 HEURES DE MATÉRIEL D'ÉTUDE COMPRENANT:

- 7 Cours en ligne live avec les Master Instructeurs Leonardo PELAGOTTI et Alessandro ROMAGNOLI pour explorer la théorie et la pratique complètes du programme Oxygen Advantage®
- Exemple papier et électronique du Manuel d'entraînement, du Manuel Instructeur et du Manuel des athlètes, le tout en français (traduit de l'anglais et validé par Patrick McKeown)
- Images marketing, logos et designs à utiliser pour votre propre site Web, et les outils pour enseigner le programme à vos clients
- La chance de rejoindre un réseau mondial d'instructeurs (35 pays et en croissance rapide)



Vous apprendrez à enseigner des protocoles et des exercices de respiration scientifiquement prouvés qui aideront vos clients à devenir plus en forme, en meilleure santé et plus forts, et à améliorer leur temps de récupération après une blessure. Aucune connaissance ou expérience préalable de la physiologie et techniques de respiration n'est nécessaire. Il est facile de terminer le cours de chez vous en quelques semaines seulement.

Acquérir une compréhension approfondie de la respiration avec les meilleurs experts. Apprenez la méthode Oxygen Advantage qui a donné à Patrick une place mondiale en tant que spécialiste international de la respiration ... et comprenez les techniques qu'il utilise quotidiennement avec certains des meilleurs athlètes mondiaux. Qu'il s'agisse de médaillés olympiques, de footballeurs professionnels, de coureurs d'élite, de combattants de MMA, d'haltérophiles, de diabétiques ou de personnes en recherche de perdre du poids et améliorer leur performances. Le programme Oxygen Advantage a aidé un large éventail de personnes à améliorer leur santé, leurs performances et leur qualité de vie.

Vos cours interactifs «en direct» se déroulent via Zoom. Tous les cours sont enregistrés et téléchargés sur un portail de formation en ligne pour un accès à vie, avec une multitude de matériels d'apprentissage que vous pourrez étudier à votre rythme. Le nombre de places est limité pour vous garantir une bonne valeur de l'enseignement.

Inscrivez-vous aujourd'hui - Accès à vie garanti

COURS LIVE EN LIGNE 1:
06/10/2020 18h30 - 20h30
heure de PARIS via



LES SUJETS:

- Dépistage des troubles respiratoires dans le sport
- La relation entre les schémas respiratoires et le mouvement fonctionnel
- Science de la physiologie respiratoire
- Augmentation de la consommation d'oxygène pendant l'exercice physique
- Démonstration pratique de l'exercice de Respiration Réduite (Breathe Light)

COURS LIVE EN LIGNE 2:
07/10/2020 12h - 14h
heure de PARIS via



LES SUJETS:

- Augmentation de la consommation d'oxygène pendant l'exercice physique
- Respiration nasale ou orale pendant l'exercice?
- Examen approfondi de chaque exercice de respiration Oxygen Advantage®
- Traiter l'asthme induit par l'exercice
- Améliorer la qualité du sommeil pour la concentration et la performance

COURS LIVE EN LIGNE 3:
09/10/2020 18h - 20h
heure de PARIS via



LES SUJETS:

- Le dioxyde de carbone et son impact sur l'essoufflement pendant l'exercice
- Réduire la réponse ventilatoire au dioxyde de carbone
- Réponse ventilatoire au CO₂ et au VO₂ max
- Pratique: entraînement respiratoire Oxygen Advantage® d'une heure

COURS LIVE EN LIGNE 4:
10/10/2020 10h - 12h
heure de PARIS via



LES SUJETS:

- Simuler un entraînement à haute altitude (entraînement hypoxique / hypercapnique intermittent)
- Augmenter la capacité aérobie (EPO, contraction de la rate)
- Retarder l'apparition de l'acide lactique et de la fatigue (capacité tampon améliorée)
- Avantages de l'entraînement OA pour la course à pied, la natation, le cyclisme, les sports d'équipe
- Pratique: entraînement respiratoire Oxygen Advantage® d'une heure

COURS LIVE EN LIGNE 5:
12/10/2020 12h - 14h
heure de PARIS via



LES SUJETS:

- Préparation pré-compétition
- Oxygen Advantage® et méthode Wim Hof
- Enseigner les exercices de respiration Oxygen Advantage®
- Adapter les exercices aux athlètes individuels
- Pratique: entraînement respiratoire Oxygen Advantage® d'une heure

COURS LIVE EN LIGNE 6:
14/10/2020 12h - 14h
heure de PARIS via



LES SUJETS:

- Respiration lente et variabilité de la fréquence cardiaque (VRC)
- Haltérophilie et maintien de la respiration
- Pression intra-abdominale et force du tronc
- Enseigner l'Oxygen Advantage®: entraînement d'une heure
- Pratique: entraînement respiratoire Oxygen Advantage® d'une heure

COURS LIVE EN LIGNE 7:
16/10/2020 18h - 20h
HEURE DE PARIS VIA



LES SUJETS:

- Marketing de l'Oxygen Advantage®
- Questions d'affaires
- Pratique: entraînement respiratoire Oxygen Advantage®

OPTIONNEL COURS 8:
MODULE EXAMEN
19/10/2020 12h - 14h
HEURE DE PARIS VIA



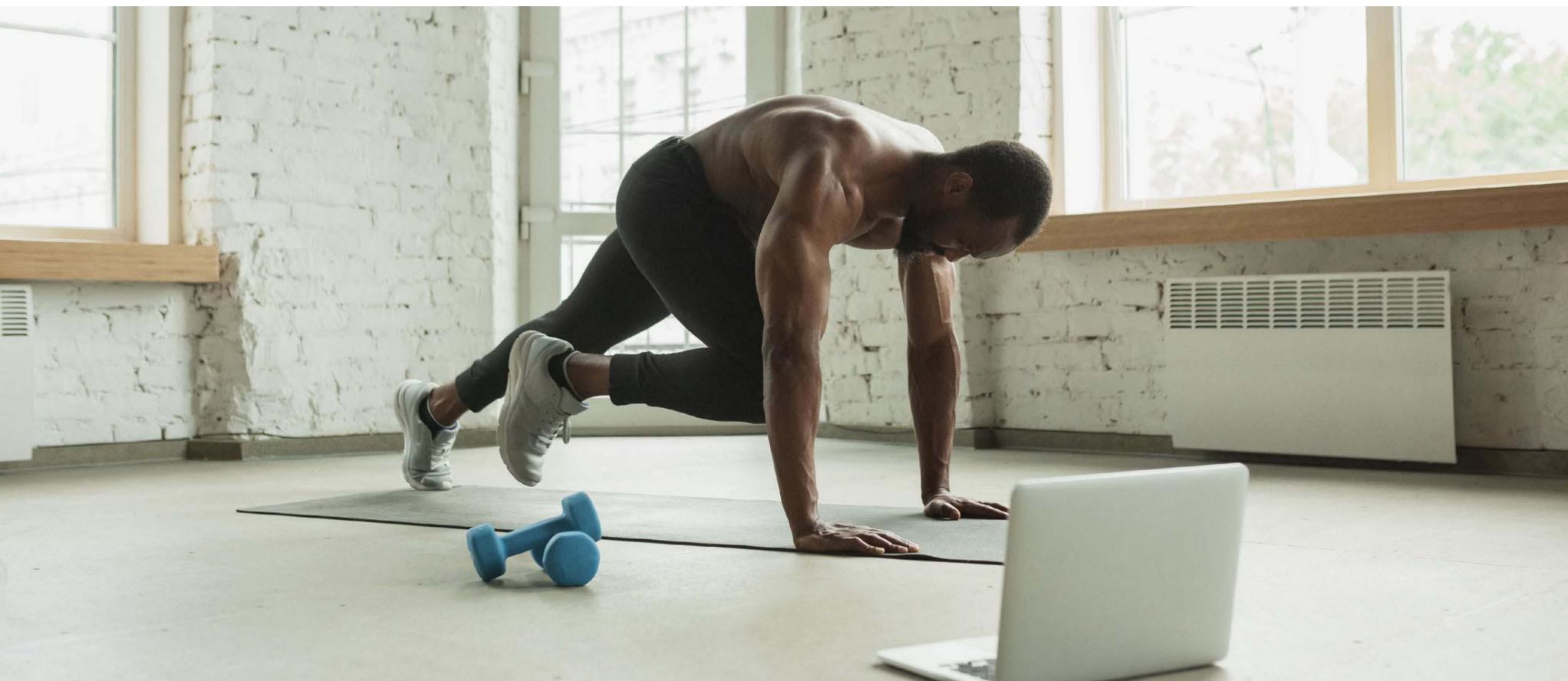
On analyse les questions de l'examen ensemble puis ensuite chacun fait son examen pour passer la certification Oxygen Advantage Instructor

SUIVRE LA FORMATION

L'aspect en direct de la formation « Advanced Oxygen Advantage® Instructor Training » consiste en sept cours Zoom en direct de deux heures. Les places à ce cours sont strictement limitées pour assurer la meilleure expérience d'apprentissage, il y a donc de nombreuses opportunités pendant les cours en direct pour interagir avec les instructeurs, poser des questions ou clarifier les instructions.

NB: Si vous manquez un cours en direct, vous pouvez toujours accéder à l'enregistrement de celui-ci sur votre portail de formation. Nous comprenons que les heures de cours peuvent ne pas convenir à tous les fuseaux horaires. Tous les cours en direct sont enregistrés et téléchargés en temps opportun sur votre portail de formation en ligne pour être rejoués à votre rythme. Cette fonctionnalité est également très utile si vous avez suivi une formation précédente mais que vous souhaitez couvrir à nouveau les informations. Consultez et étudiez les leçons autant de fois que vous le souhaitez à votre rythme.

De plus les cours enregistrés de Patrick en anglais sont accessibles gratuitement à tous les participants à la formation en français.



LE MODULE THÉORIE COUVRE DES SUJETS TELS QUE:

- Les avantages de la respiration nasale au repos et pendant l'exercice physique
- Efficacité respiratoire
- La science de la mesure et de la réduction de l'essoufflement
- Comment améliorer la VO_2 max
- Entraînement en hypoxie intermittente (IHT) et son effet sur l'économie d'oxygène
- EPO
- Entraînement hypercapnique / hypoxique
- Comment retarder l'apparition de l'acide lactique et de la fatigue
- Effets à long terme
- La rétention du souffle en pratique
- Préparation d'avant-match et avant compétition



Afin de réussir votre certification, vous devrez réussir l'examen en ligne. Les frais d'inscription à l'examen et la certification sont inclus dans le prix global du programme, qui comprend également un accès à vie au portail de formation Oxygen Advantage® et aux enregistrements de vos cours en direct.

Si vous voulez plonger directement dans les profondeurs, vous pouvez faire notre formation complète avancée d'instructeur en direct. Il n'y a pas de prérequis pour l'inscription, sauf un appétit pour l'apprentissage et un fort désir d'exceller. Et si vous avez lu jusqu'ici, ces deux éléments sont à peu près acquis!

**LES AVANTAGES NE S'ARRÊTENT PAS UNE FOIS QUE VOUS AVEZ TERMINÉ LE COURS.
EN TANT QU'INSTRUCTEUR CERTIFIÉ ADVANCED OXYGEN ADVANTAGE®, VOTRE
INVESTISSEMENT DE 995 €
VOUS GARANTIT DE RECEVOIR:**

- Utilisation complète des images, du matériel marketing et des logos Oxygen Advantage® libres de droits
- Liste de profils personnels en tant qu'instructeur certifié sur le site Web OxygenAdvantage.com afin que les clients puissent vous trouver, et possibilité de lister vos formations à venir sur votre profil. De plus, nous référerons les clients qui nous contactent à la recherche d'un instructeur certifié dans votre région.
- Statut de marque déposée pour le nom «Oxygen Advantage®» en Europe, en Amérique du Nord et en Australie lors de l'enseignement d'Oxygen Advantage® (afin que les exercices de respiration originaux soient enseignés de manière sûre et efficace, le programme Oxygen Advantage® ne peut être enseigné que par des Instructeurs certifiés Oxygen Advantage®)
- Adhésion à nos membres uniquement pour le Groupe Facebook des instructeurs Oxygen Advantage® où vous pouvez poser des questions, vous connecter avec d'autres instructeurs et partager des informations et des idées.
- Et n'oubliez pas, vous avez un accès à vie à votre portail de formation, ET le bonus supplémentaire de pouvoir vous inscrire à tout futur cours de formation en direct si vous souhaitez actualiser vos connaissances et vos compétences!