L'IA AU SERVICE DES PROS DU SPORT

Coach IA

La formation IA dédiée aux professionnels du sport

Apprends à utiliser l'intelligence artificielle dans ton quotidien de coach sportif, kinésithérapeute ou professionnel du sport pour gagner du temps, personnaliser ton accompagnement, mieux t'organiser et développer ton activité, tout en conservant ton expertise et le contrôle de tes décisions.

Plus qu'une formation, un accélérateur pour ton activité.

15 h de parcours à visionner	**4 mois** pour les visionner	**80 h+** de contenus accessibles à tout moment	**590 € TTC** autofinancement ou employeur

100 % à distance Une formation à ton rythme, sans visioconférence obligatoire.	**Accès sans limite de durée** Tu conserves l'accès aux contenus après les 4 mois de formation.

Un socle commun, un parcours adapté à ton métier, des supports de cours, des vidéos explicatives, des exercices, des QCM et un certificat ABD de réussite.

Pourquoi Coach IA ?

L'IA ne remplace pas ton expertise, elle t'aide à gagner du temps sur tout ce qui l'entoure.

Préparer une séance, adapter un programme après un imprévu, répondre aux demandes de tes clients, rédiger un bilan, rechercher une étude ou organiser ton planning : toutes ces tâches prennent du temps, parfois au détriment de l'accompagnement sur le terrain.

Coach IA t'apprend à utiliser l'intelligence artificielle dans des situations concrètes de ton quotidien professionnel. Tu découvres comment identifier les tâches sur lesquelles elle peut réellement t'aider, sélectionner les outils adaptés et obtenir des résultats exploitables sans devoir devenir expert en informatique.

L'objectif n'est pas de multiplier les outils ni de copier-coller des prompts sans les comprendre. Tu acquiers une méthode que tu peux adapter à tes clients, à ta manière de travailler et aux évolutions des technologies.

Une formation pensée pour ton métier

Coach sportif Prépare des programmes personnalisés, adapte tes séances aux imprévus, crée des supports d'exercices, organise le suivi de tes clients…	**Kinésithérapeute** Structure tes bilans, tes comptes rendus et tes supports pédagogiques, recherche des informations scientifiques, gagne du temps sur certaines tâches administratives, dans le respect du secret professionnel…
Préparateur physique Exploite les données d'entraînement, compare le prévu et le réalisé, recherche des informations scientifiques, prépare tes cycles et explore l'analyse vidéo…	**Autre professionnel du sport** Facilite la gestion de ton activité, la création de contenus, la communication, la fidélisation, la recherche d'informations, certaines tâches répétitives…

Les informations essentielles

Une formation flexible et structurée autour d'un parcours officiel de 15 heures à visionner

Informations	Coach IA
Intitulé	Coach IA
Nature	Action de formation professionnelle non certifiante
Public	Coachs sportifs, préparateurs physiques, kinésithérapeutes et autres professionnels du sport
Modalités	100 % à distance, principalement en e-learning asynchrone
Durée officielle	Parcours personnalisé de 15 heures à visionner pour valider la formation
Période de réalisation	4 mois à compter de la date de début indiquée dans le contrat ou la convention
Ressources	Bibliothèque de plus de 80h de contenus
Accès aux contenus	Sans limite de durée après les 4 mois, selon les conditions contractuelles. Entrée en formation à tout moment dès validation contractuelle.
Plateforme	Digiforma
Évaluation	Exercices et QCM pendant le parcours, puis QCM final
Validation	15 h visionnées et QCM final réussi avec au moins 70 %
Document délivré	Certificat ABD de réussite

Informations	Coach IA
Tarif	**590 € TTC**
Financement	**Autofinancement ou financement direct par l'employeur**
Assistance	**Pédagogique et technique par e-mail et WhatsApp pendant les 4 mois**
Accompagnement individuel	**Facultatif, en visioconférence, 60 € TTC par heure (non inclus dans le tarif initial de la formation)**

Prérequis

Aucune connaissance préalable en intelligence artificielle n'est nécessaire. Il faut simplement savoir utiliser un ordinateur ou une tablette, naviguer sur Internet, consulter ses e-mails, télécharger des documents et se connecter à une plateforme en ligne.

Le participant doit disposer d'un ordinateur ou d'une tablette, d'une connexion Internet et d'une adresse e-mail personnelle. Les éventuels abonnements payants nécessaires à une activité particulière sont annoncés à l'avance. Le parcours obligatoire n'impose pas de frais logiciels non annoncés.

Objectif général et compétences visées

À l'issue de Coach IA, tu seras capable d'utiliser l'intelligence artificielle de façon autonome, pertinente et responsable dans ton quotidien professionnel, en l'adaptant à tes méthodes de travail et aux besoins de tes clients ou patients.

Les 6 compétences développées

1 - Identifier les bons usages de l'IA
Repérer les tâches pour lesquelles l'IA peut faire gagner du temps et reconnaître les situations où son utilisation n'est pas adaptée.

2 - Choisir les outils adaptés
Sélectionner un outil ou une méthode selon l'objectif, le niveau, les fonctionnalités nécessaires et les contraintes de l'activité.

3 - Formuler des instructions efficaces
Construire, personnaliser et améliorer les demandes pour obtenir des propositions adaptées au terrain.

4 - Vérifier et améliorer les résultats
Analyser les réponses, identifier leurs erreurs ou leurs limites et les corriger avant utilisation.

5 - Sécuriser les usages
Protéger les informations professionnelles et les données des clients ou patients, respecter la confidentialité et garder la maîtrise des décisions.

6 - Mettre l'IA en pratique
Créer et adapter des programmes, améliorer le suivi, analyser des données, organiser l'administratif, communiquer et automatiser selon le parcours.

La démarche est progressive : comprendre, personnaliser, tester et améliorer. Les outils d'IA aident à préparer, rechercher et produire. Ils ne remplacent ni l'expertise professionnelle ni les décisions du coach ou du professionnel de santé.

Une organisation adaptée à ton métier

Un parcours conseillé et un accès libre à toute la bibliothèque

Avant le début de la formation, tu complètes un questionnaire d'analyse de tes besoins et un positionnement initial. Ils permettent d'identifier ton métier, ton niveau de connaissance de l'IA, les tâches sur lesquelles tu souhaites gagner du temps et les compétences que tu veux développer.

À partir de ces informations, un parcours pédagogique t'est proposé. Il associe des fondamentaux communs à tous les apprenants et des cours métier sélectionnés en fonction de tes objectifs.

Deux façons d'utiliser Coach IA

Le parcours conseillé	L'accès libre
Tu suis un ordre de progression recommandé selon ton niveau, ton métier et tes objectifs. Il comprend les fondamentaux et les modules nécessaires à la réalisation de tes 15h pour valider la formation.	Tu explores l'ensemble de la bibliothèque selon tes envies et les problématiques rencontrées dans ton activité, sans suivre obligatoirement l'ordre du catalogue.

Quatre mois pour réaliser ton parcours

Tu disposes de 4 mois à compter de la date officielle de début pour réaliser les 15 heures minimum de visionnage, effectuer les exercices et les QCM associés, puis valider l'évaluation finale. Tu organises ton apprentissage à ton rythme, sans cours en direct ni visioconférence obligatoire.

Après ces 4 mois, tu conserves l'accès à la bibliothèque Coach IA sans limite de durée, conformément aux conditions de l'offre. L'assistance incluse et les évaluations permettant de valider officiellement l'action de formation restent limitées à la période contractuelle.

15 h	4 mois	80 h+	À ton rythme
parcours officiel personnalisé	pour le réaliser	bibliothèque à explorer	sans visio obligatoire

Le socle commun de la formation

Les fondamentaux

Ces 5 premiers cours permettent à chaque apprenant, quel que soit son métier ou son niveau initial, d'acquérir les bases nécessaires à une utilisation autonome, critique et responsable de l'intelligence artificielle.

1 - Ce qu'est l'IA et ce qu'elle n'est pas : comprendre les bases, les principales catégories d'outils, les possibilités, les limites et le rôle de l'IA dans une activité professionnelle.

2 - Comment fonctionne l'IA ? Comprendre simplement le fonctionnement des outils génératifs, leurs sources d'erreurs et l'importance de la qualité des informations fournies.

3 - Comment identifier les cas d'usage de l'IA ? Analyser son quotidien pour distinguer les tâches que l'IA peut faciliter de celles qui exigent une intervention ou une décision humaine.

4 - L'art du prompt : donner des instructions claires et structurées, préciser le contexte, l'objectif, les contraintes et le résultat attendu, puis améliorer la demande.

5 - Sécurisation des usages de l'IA : repérer les informations sensibles, protéger les données personnelles, comprendre les limites des réponses générées et conserver la maîtrise de ses décisions.

Données de santé et informations sensibles : les exercices utilisent des cas fictifs ou des informations suffisamment anonymisées. Aucun nom associé à une donnée de santé ne doit être transmis à un outil d'IA grand public sans cadre juridique et garanties adaptés.

Les applications métier

Des cours sélectionnés selon ton positionnement initial et tes objectifs

Créer, personnaliser et adapter les programmes : préparer des programmes individualisés, adapter une séance à un imprévu et structurer la progression. Les cas abordent notamment une séance manquée, un déplacement, le matériel disponible ou les retours d'un client.

Améliorer le suivi et la fidélisation : organiser les check-ins, exploiter les retours, préparer les bilans, repérer les situations qui demandent une attention particulière et personnaliser les communications de suivi.

Exploiter les données et améliorer l'accompagnement : structurer les données d'entraînement et de progression, comparer le prévu et le réalisé, analyser des tendances et préparer les ajustements du cycle suivant, avec leurs limites d'interprétation.

Gagner du temps sur l'organisation et l'administratif : préparer des rendez-vous, structurer des notes, rédiger des documents, traiter des demandes récurrentes, organiser des tâches et créer des modèles réutilisables.

Développer son activité : analyser son marché, définir son positionnement, structurer ses offres, préparer ses communications, identifier des prospects ou partenaires et organiser les relances.

Utiliser les outils avancés et les automatisations : découvrir les assistants personnalisés, les agents IA, les bases de connaissances, les agrégateurs et les automatisations appliqués à des tâches utiles.

Applications spécifiques à la kinésithérapie : préparer les bilans, les synthèses, les comptes rendus, les supports patients et la recherche documentaire, dans le respect du secret professionnel et sous contrôle clinique.

Des sujets directement liés aux difficultés du quotidien

Créer une veille dans son secteur d'activité : identifier les sources utiles et organiser une veille sur les évolutions du métier, les outils et les tendances du secteur.

Suivre et fidéliser ses clients avec l'IA : check-ins, retours clients, décrochage, bilans, progression, réengagement et renouvellement.

Adapter les programmes aux imprévus du quotidien : séances manquées, temps réduit, déplacements, changement de matériel, stagnation et retours clients.

Gérer davantage de clients sans dégrader la qualité du coaching : organisation des suivis, priorisation, personnalisation et traitement de demandes récurrentes.

Transformer son expérience en système IA personnel : structuration d'anciens programmes, règles métier, bibliothèque documentaire et assistant personnalisé.

Trouver des clients et développer son activité avec l'IA : analyse du marché, positionnement, offres, prospection, partenariats, relances et réactivation.

Données, administratif, recherche et automatisations

Exploiter les données d'entraînement et de progression : séances prévues et réalisées, tendances, ressenti de l'effort, sommeil, données connectées, bilans et préparation des cycles suivants.

Gagner du temps sur l'administratif quotidien : notes vocales, e-mails, réponses récurrentes, comptes rendus, rendez-vous, documents, planning et tâches.

Bilans, comptes rendus et supports patients - Spécial kiné : structuration des bilans, évolution, synthèses, supports patients et échanges entre professionnels, avec une attention particulière aux données de santé.

Rechercher et exploiter la littérature scientifique : PubMed, Google Scholar, analyse d'études, évaluation des sources, limites méthodologiques et applications pratiques.

Automatiser les tâches répétitives d'un coach ou d'un kiné : construction de processus automatisés répondant à des besoins concrets du quotidien professionnel.

Analyser et exploiter les vidéos sportives : captation, comparaison, observation, préparation des retours et identification des limites de l'analyse automatisée.

Une règle simple pour les professionnels de santé : l'IA peut aider à structurer ou préparer un travail. Elle ne remplace jamais l'analyse clinique, le secret professionnel ni la responsabilité du kinésithérapeute.

Une bibliothèque de cours à explorer librement

Plus de 80h de contenus

Chaque cours comprend des vidéos pédagogiques, un document écrit, un support de présentation, des exercices pratiques et un QCM. Tu peux explorer la bibliothèque selon tes besoins, même après la fin de ton parcours officiel

Une formation guidée et opérationnelle

Des explications accessibles, des démonstrations et des situations professionnelles

Chaque cours associe des explications simples, des démonstrations et des cas adaptés aux métiers du sport. Les exercices permettent de tester les méthodes sur des situations concrètes, sans transmettre de données personnelles de clients ou de patients.

Des contenus complets pour chaque cours

Des vidéos Des explications claires et des démonstrations pas à pas.	**Un support écrit** Un document Word à télécharger et à conserver.
Une présentation Un support PowerPoint visuel et synthétique.	**Des prompts à personnaliser** Des modèles à comprendre, adapter et améliorer selon le besoin.

Des exercices pratiques Environ 10-15 minutes pour appliquer la méthode étudiée.	**Un QCM** Environ 5 minutes pour vérifier les acquis.

Durée pédagogique des cours

Pour les cours intégrés au parcours officiel, la durée pédagogique moyenne correspond à la durée réelle des vidéos, complétée par environ 10 minutes d'exercice et 5 minutes de QCM. La durée totale et les modules retenus sont précisés dans le parcours individuel remis à l'apprenant.

Le volume de 15h ne correspond donc pas à l'obligation de visionner toute la bibliothèque de 80h.

Moyens techniques

La formation est accessible via Digiforma depuis un ordinateur ou une tablette disposant d'une connexion Internet. Certains exercices utilisent des outils d'intelligence artificielle externes. Les comptes nécessaires sont indiqués dans les cours concernés.

Un parcours autonome, avec une assistance humaine

Coach IA se déroule entièrement à distance et ne comporte aucune visioconférence obligatoire. Pendant les 4 mois de formation, tu bénéficies d'une assistance pédagogique et technique assurée par un formateur.

Assistance pédagogique Pose tes questions sur les cours, demande une explication complémentaire, signale une difficulté ou sois orienté vers les ressources adaptées à ton parcours.	**Assistance technique** Demande de l'aide en cas de difficulté d'accès à Digiforma, aux ressources pédagogiques ou aux évaluations.

Les demandes peuvent être adressées par e-mail ou WhatsApp. Le délai de réponse annoncé est de 2 jours ouvrés maximum, selon les modalités précisées dans le livret d'accueil.

Un accompagnement individuel en option

Tu souhaites approfondir un sujet, travailler sur ton projet ou être accompagné dans la création d'un outil ? Des séances individuelles en visioconférence avec un formateur peuvent être réservées à la carte.

60 € TTC par heure de visioconférence	**À la carte** selon ton besoin	**Flexible** Tu choisis ton nombre d'heures

L'accompagnement individuel est facultatif et facturé en supplément. Il n'est pas compris dans les 590 € de la formation. L'assistance par e-mail et WhatsApp reste incluse pendant les 4 mois.

Suivi de la progression

Digiforma permet de suivre l'activité sur la plateforme. ABD utilise les informations disponibles pour contrôler la progression, vérifier la réalisation des activités prévues et conserver les résultats des

évaluations. Un rappel est prévu après 14 jours sans activité. Si l'inactivité se prolonge jusqu'à 30 jours, une relance personnelle est effectuée.

Évaluations et certificat

Une validation claire, sans dossier final ni oral

Tout au long du parcours, les cours comprennent des exercices pratiques et des QCM. Ils permettent de vérifier progressivement ta compréhension et de mettre en application les compétences étudiées. Les activités et les évaluations du parcours individuel sont suivies sur Digiforma.

Évaluation finale

L'évaluation finale prend exclusivement la forme d'un QCM. Il peut être repassé autant de fois que nécessaire pendant les 4 mois de formation.

15 h	70 %	Autant de tentatives
de parcours individuel à réaliser	score minimum au QCM final	que nécessaire pendant les 4 mois

Certificat ABD de réussite

Le certificat ABD de réussite est délivré après réalisation des 15h du parcours individuel et validation du QCM final avec au moins 70 % de bonnes réponses.

Ce certificat atteste de la réussite au parcours pédagogique Coach IA. Il ne constitue ni un diplôme d'État ni une certification professionnelle enregistrée au RNCP ou au Répertoire spécifique.

Une attestation correspondant à la formation effectivement réalisée peut être remise conformément aux procédures administratives d'ABD.

Si l'apprenant ne termine pas son parcours ou ne valide pas le QCM dans les 4 mois, la formation et les heures effectivement réalisées sont constatées selon les conditions prévues au contrat ou à la convention. L'accès ultérieur à la bibliothèque ne constitue pas automatiquement une prolongation de l'action officielle.

À retenir La validation dépend du parcours officiel de 15h et du QCM final. L'exploration libre de la bibliothèque reste un avantage complémentaire et ne remplace pas ces 2 conditions.

Des contenus qui évoluent avec les outils et le métier

Les outils d'intelligence artificielle évoluent rapidement. Les contenus existants de Coach IA sont actualisés lorsque des changements importants le nécessitent, notamment pour tenir compte des nouvelles fonctionnalités, des bonnes pratiques et des usages utiles aux professionnels du sport.

Une bibliothèque vivante

Des mises à jour utiles Les cours sont révisés lorsqu'une évolution modifie réellement la manière d'utiliser un outil ou les précautions à prendre.	**Des idées proposées par les apprenants** Tu peux suggérer des sujets liés à tes besoins. Une proposition pertinente peut être étudiée et intégrée au catalogue.

Les nouvelles ressources qui enrichissent directement Coach IA peuvent être mises à disposition sans engagement de fréquence. Certaines formations complémentaires indépendantes peuvent toutefois faire l'objet d'offres distinctes.

Après les quatre mois

À la fin de la période officielle de formation, tu conserves l'accès à la bibliothèque Coach IA selon les conditions de l'offre. Tu peux continuer à explorer les cours et consulter les ressources disponibles, sans nouvelle obligation de parcours.

L'assistance incluse et les évaluations permettant de valider officiellement l'action de formation sont limitées à la période contractuelle de 4 mois, sauf disposition particulière convenue avec ABD.

Accès illimité aux contenus après la formation	**Mises à jour** lorsqu'une évolution le nécessite	**Nouveaux sujets** proposables par les apprenants

Inscription, tarif et accessibilité

Modalités d'inscription

Avant l'inscription définitive, un questionnaire d'analyse des besoins et de positionnement permet d'identifier les objectifs professionnels et de préparer le parcours individualisé.

L'apprenant reçoit les informations sur le programme, les modalités de formation, les évaluations, les moyens nécessaires, le règlement intérieur et les conditions contractuelles applicables. Le délai précis d'accès est communiqué au moment de l'inscription, selon le circuit contractuel et la date de début retenue.

Tarif et financement

590 € TTC formation complète	**15 h** parcours officiel	**80 h+** de formation disponible

Le tarif comprend le parcours officiel de 15h sur 4 mois, l'accès à la bibliothèque pédagogique, les supports et exercices, les QCM, l'assistance pédagogique et technique ainsi que l'évaluation finale.

L'accompagnement individuel en visioconférence est facultatif et facturé séparément à 60 € TTC par heure.

La formation peut être financée directement par l'apprenant, par son employeur ou par OPCO. Elle n'est pas proposée au financement CPF ou FIFPL dans le cadre de cette offre.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

ABD Formation étudie les besoins d'adaptation signalés avant l'entrée en formation afin de déterminer les aménagements pédagogiques ou techniques possibles. Lorsque les besoins ne peuvent pas être satisfaits directement, ABD peut orienter vers les interlocuteurs et structures spécialisés appropriés.

Référent handicap Cindy Morel · cindy@broussal-derval.com

Les modalités de règlement, de rétractation, de cessation anticipée et d'abandon figurent dans le contrat individuel ou la convention de formation applicable.

Informations pratiques et contacts

Une action de formation professionnelle à distance proposée par ABD Formation

Coach IA comprend des objectifs pédagogiques, une analyse des besoins à l'entrée, un parcours individualisé, des moyens pédagogiques, une assistance technique et pédagogique, des activités de mise en pratique et des évaluations.

Tes interlocuteurs

Référente pédagogique Emma Courmont emma@broussal-derval.com	**Référent handicap** Cindy Morel cindy@broussal-derval.com

Administration et inscription Alexia Giboreau alexia@broussal-derval.com Emma Courmont emma@broussal-derval.com	**Organisme de formation** ABD Formation 60 rue François 1er 75008 Paris

Site Internet broussal-derval.com/coach-ia

Documents et cadre de référence

Le présent programme ne remplace pas le contrat ou la convention de formation, le règlement intérieur, les conditions financières ni le livret d'accueil. Ces documents sont communiqués avant l'entrée en formation selon la situation de l'apprenant.

- Article D6313-3-1 du Code du travail relatif à la formation à distance.
- Articles L6353-3 à L6353-8 du Code du travail relatifs au contrat individuel et à l'information préalable.
- Décret n° 2026-728 du 1er août 2026 relatif au référentiel national sur la qualité, applicable à compter du 1er novembre 2026.

Réclamations et signalements : les modalités de contact et de traitement sont communiquées dans le livret d'accueil et le règlement intérieur applicables à la formation.