

EXPERTISE ACCOMPAGNEMENT CONSEILS



MARTINS FLORENT

Sport Scientist
Intervenant en psychologie du
sport

contact@florentmartins.fr
06.13.60.06.40

L'évolution et l'émergence des technologies transforment profondément la manière d'évaluer et optimiser la performance sportive. Que ce soit en triathlon, running, cyclisme ou natation ou dans n'importe quel autre sport.

Mieux comprendre son corps et sans cesse progresser est plus que jamais possible, et cela à tous les niveaux.

Une démarche centrée SUR VOUS

L'objectif est de mettre au service des coachs et entraîneurs toute mon expertise scientifique pour vous aider à piloter au mieux l'entraînement de vos athlètes en utilisant au mieux l'ensemble des DATA disponibles.

Un objectif

Aider les entraîneurs en leur apportant une expertise scientifique dans le pilotage de l'entraînement et la quantification des charges d'entraînement dans le but de planifier les performances des athlètes

La mise en place

Pour cela, je met à votre disposition des outils technologiques et applications les plus innovantes et les méthodes issues des dernières recherches scientifiques.

Différentes actions

- **Mise en place des outils les plus innovants pour le pilotage de l'entraînement et le suivi DATA**
- **Suivi de la charge et pilotage de la charge d'entraînement**
- **Analyse de la Variabilité de la Fréquence cardiaque (HRV)**

TARIFS
90€ par mois

TARIF PAR ATHLÈTE

50€ par mois

TARIF PAR ATHLÈTE
A PARTIR DE 3 ATHLÈTES

**Je suis convaincu que la réussite
d'un projet sportif est beaucoup
plus enrichissante quand elle
s'inscrit dans le partage et
l'entraide.**

Martins Florent
contact@florentmartins.fr
06.13.60.06.40

IL ME FONT CONFIANCE

