



# **MANAGER LA PERFORMANCE**

David KUPERMINC

**PREPARATEUR D'ATHLETES DE HAUT NIVEAU**



**DAVID KUPERMINE -Préparateur Physique et Mental D.E**

**06.81.50.01.04    [davidktrainer@yahoo.fr](mailto:davidktrainer@yahoo.fr)**



## **MANAGER PAR LES CODES ET LES VALEURS DU SPORT**

---

Après 20 ans d'expérience dans la préparation physique et mentale d'athlètes, j'ai pu capitaliser sur des savoirs faire, et sur la mobilisation de ressources, qui mènent à la haute performance.

Je propose des solutions issues des innovations managériales du sport de haut niveau, ainsi que des méthodes motivationnelles où l'esprit d'équipe, le pragmatisme, et les valeurs humaines, font émerger les talents de chacun.

*Un parcours sportif* poussé à un haut niveau (Hockey sur Glace, Bmx, Boxe Thaï, Athlétisme, Rugby, Crossfit, Krav-Maga, Voile...).

*Un parcours de formation* (Pnl, Neurosciences, Physiologie, Biomécanique, Nutrition, Entraînement physique, Prévention santé, Communication interpersonnelle, Bénévolat...)

J'ai pu accompagner et entraîner différents sportifs, athlètes professionnels, corps d'élite, et équipes dans leurs objectifs de performance.

Relier les collaborateurs entre eux, et leur organisation par une approche fondée sur le sens.

**Valeurs collectives fortes, concentration sur les objectifs, dépassement de soi...**

**Et si le management était un sport de haut niveau ?**

# +MON OFFRE +

**DK PERFORMANCE** est une agence de conseil en management et leadership, qui accompagne les dirigeants et entreprises dans leurs enjeux sociaux et managériaux, en utilisant les leviers du sport de haut niveau.

Le sport comme inspiration, pour dynamiser les pratiques, et faire passer des messages clefs aux équipes.

Nous avons pour but de transformer et faire évoluer :

- ❖ **L'intelligence collective**
- ❖ **Les dirigeants et managers**
- ❖ **Les stratégies « RH » (engagement des collaborateurs, et marque employeur)**
- ❖ **Les comportements en matière de santé**

---

## **MANAGER LA PERFORMANCE**

### **LE SPORT COMME INSPIRATION !**

- *Etablir son leadership - Etre un meneur - Le leadership au féminin*
- *Faire le point sur son mode de fonctionnement en entreprise*
- *Qu'est-ce que le « Flow » ?*
- *L'exemple du haut niveau : 10 clefs pour se forger une motivation de « Champion »*
- *L'intelligence collective (Adaptation et responsabilité - Toujours évoluer- Créer un environnement d'apprentissage)*
- *Favoriser vos ressources internes (Emotions, Confiance en soi, Santé, Réactions face au stress)*
- *Communication positive (Feed-back / Parler le même « langage »)*

**Modalités** : Tenue de ville / De 1 à 20 personnes / Intra ou Inter

**Formule 1** : 2 jours

**Formule 2** : 2 heures / mois sur 6 à 12 mois

**Méthode pédagogique** : Apports théoriques et pratiques, mises en situation

**Objectifs** : Réveiller le potentiel de chacun, Améliorer sa communication, Mieux gérer ses émotions, Comprendre et dynamiser sa motivation, Entraîner ses équipes, Construire et faire évoluer le collectif, Passer d'expert à manager.

---

# LEADERSHIP ET PERFORMANCE D'EQUIPE

*(Jusqu'à 20 personnes -Tenue de sport)*

**Format : 1 journée / Intra ou Inter**

**Outils : Boxe / krav Maga - Jeux sportifs - Crossfit**

***Objectifs :***

- *Apporter des solutions pragmatiques* et efficaces, issues du sport de haut niveau pour optimiser le travail collectif.
- *Créer les conditions de la réussite* : Transmettre un état d'esprit, générer de l'efficacité par la cohésion, augmenter sa motivation, améliorer sa communication, gestion des situations difficiles, augmenter ses ressources mentales et physiques.



---

## MANAGEMENT ET SANTE

*(De 5 à 30 personnes – Tenue de ville)*

**Format : De 1h à 2h / Intra et Inter**      **Possible récurrence mensuelle**

**Atelier 1** : Nutrition et santé (N'avez pas tout ce que l'on vous dit !)

**Atelier 2** : Le Stress ? Ami ou ennemi....Comment réagissez-vous ?

**Objectifs** : En quoi l'alimentation, la gestion du stress, et la qualité de votre sommeil va agir comme levier de vos performances. Apprenez à vous connaître, et dynamiser vos journées.

## Mon style

- Des mises en situation, ludiques et percutantes, issues du monde sportif.
- De la théorie et de la pratique, de l'expérimentation, et de la bonne humeur.
- Du partage d'expérience, et des clés motivationnelles issues de la performance sportive.
- L'utilisation de leviers puissants empruntés au sport de haut niveau.
- Plus qu'une formation, une expérience pédagogique à vivre.
- « Trouver cette motivation qui donne du sens à vos efforts »



**Prisca VICOT Boxeuse Professionnelle 4 Titres Mondiaux 2019 Boxe Anglaise**

**DAVID KUPERMINC**

Diplôme / Carte Professionnelle / A.R.C.P / Siret : 44884339100039

**06.81.50.01.04**

**davidktrainer@yahoo.fr**

