



LEVEL 2 SEMINAR

Vendredi 27 Mars 2026

⌚ Drohme Golf Club

Chaussée de La Hulpe 53a, B-1180 Bruxelles, Belgique



INSCRIPTION

SMART2MOVE.COM/SEMINARS

01 PROGRAM

Matin THÉORIE

Partie 1 : Biomécanique avec plateformes de force 3D

- Revue des concepts fondamentaux.
- La séquence cinétique en détail.
- Comment lire les graphiques de force.
- Tests pour identifier le potentiel golifique et physique des joueurs

Partie 2 : Enseigner avec des plateformes de force 3D

- Comment utiliser les plateformes en leçon et en entraînement régulier.
- Panorama des problématiques possibles chez les joueurs.
- Utilisation en direct avec certains participants pour établir un diagnostic.
- Données clés et leviers de correction (timing, séquence, centre de pression – CoP, magnitude...).
- Exemples avant / après.
- Corrections et drills en conditions réelles.

Partie 3 : Préparation physique avec plateformes de force 3D

- Physiologie musculaire et biomécanique.
- Compétences de contrôle moteur.
- Tests spécifiques avec plateformes de force 3D pour déterminer le potentiel du swing de golf.
- Comment s'entraîner physiquement pour le golf.

Après-Midi PRATIQUE

Application des concepts théoriques à travers des sessions pratiques avec des plateformes de force 3D doubles.

Workshop 1: Le biomécanicien

Diagnostic de l'efficacité du mouvement et de la fonction..

Workshop 2: Le coach de golf

Amélioration du swing et de la performance golifique.

Workshop 3: Le préparateur physique

Évaluation du potentiel physique et développement de nouvelles capacités.



02 INTERVENANTS

Gregory Lebrat

CEO & cofondateur de Smart2Move,
Enseignant de Golf



Jean-Paul Fernandez

Ingénieur en Sciences du sport,
Directeur Technique & formation
Smart2Move

