

COACHING



BILAN VIDÉO DISTANCIEL - 1h - 50€



Analysez votre swing avec une précision exceptionnelle grâce à un décryptage vidéo professionnel, idéal pour comprendre vos mécaniques, visualiser vos erreurs et accélérer votre progression... où que vous soyez.

15 min – Envoi & Première Analyse Vidéo

Vous envoyez vos vidéos (face et profil) selon un protocole simple.

Je réalise ensuite une première observation avec différents clubs et compare vos trajectoires aux données que vous fournissez (radar, capteur, application ou stats).

Analyse de la statique puis de la dynamique pour comprendre votre schéma global.

Objectif : mettre en relation votre intention, votre mouvement réel et les données disponibles.

20 min – Débriefing Balistique, Technique & Visuel

Analyse complète de vos trajectoires, de votre mécanique et de vos repères visuels :

- cohérence intention / mouvement,
- causes des trajectoires actuelles,
- points de rupture techniques,
- régularité du contact et du chemin de club.

Chaque détail est clarifié, expliqué et illustré pour une compréhension immédiate.

Objectif : identifier les causes réelles, visibles et mesurables de vos performances.

15 min – Travail Technique Ciblé en Distanciel

Exercices personnalisés, démonstrations par vidéo, repères visuels simples et routines adaptées à votre environnement (practice, filet, intérieur).

Vous appliquez les corrections en direct.

Objectif : ancrer efficacement les ajustements grâce au feedback visuel.

10 min – Débriefing Final & Envoi du Résumé Vidéo

Récapitulatif précis, priorités techniques et plan de progression.

Vous recevez ensuite **votre vidéo débrief personnalisée** avec annotations, explications et exercices recommandés.

Objectif : progresser en autonomie avec un support premium, clair et disponible à tout moment.