

## A savoir sur la formation

La formation est ouverte aux personnes désireuses de devenir préparateur mental et aux professionnels du domaine sportif qui souhaitent élargir leurs compétences vers la préparation mentale.

Pré-requis : Licence STAPS, psychologie ou équivalent et investissement dans le milieu sportif.

## Et après ?

L'objectif du **diplôme universitaire Préparation Mentale Appliquée à la Performance Sportive** est de former des professionnels de la préparation mentale, c'est à dire des spécialistes qui vont pouvoir analyser la performance d'un point de vue psychologique, évaluer les habiletés mentales et cognitives des sportifs et proposer des programmes d'entraînements mentaux qui répondront aux besoins du sportif, sur le développement des capacités mentales telles que :

- la gestion émotionnelle,
- l'analyse et le traitement de l'information,
- l'utilisation des techniques cognitivo-comportementales en vue d'une optimisation de la performance tout en respectant le bien-être du sportif.

## Contact

Université d'Orléans  
UFR Sciences & Techniques  
Département STAPS

[sandrine.schiano-lomoriello@univ-orleans.fr](mailto:sandrine.schiano-lomoriello@univ-orleans.fr)



# D.U Préparation mentale Appliquée à la Performance Sportive

“ **Durée de la formation :**  
1 année universitaire (2 semestres)

**Public concerné :**  
Bac + 3 : Licence STAPS,  
Licence Psychologie ou équivalent

**Sélection :** sur dossier déposé de mai à août  
pour une rentrée en octobre  
**Places limitées :** 20 par promotion

**Accessible en** ”  
**formation continue**

## Comment candidater ?

**1. S'informer**  
en détail sur  
la formation



**2. Demander un devis :**  
[du\\_pm.sefco@univ-orleans.fr](mailto:du_pm.sefco@univ-orleans.fr)



Université d'Orléans  
UFR Sciences & Techniques  
Département STAPS