

# Dossier de presse

## the Smartcoach

### Partenariat pour les pongistes



[www.thesmartcoach.be](http://www.thesmartcoach.be)

Dossier de presse réalisé avec le soutien d'InnovaTech asbl



La PME brabançonne Sport-0-Top a conclu un partenariat avec le comité provincial de Bruxelles et du Brabant Wallon

---

## L'objectif de the Smartcoach<sup>®</sup> : mettre les technologies de l'information et de la communication au service du pongiste.

---

The Smartcoach<sup>®</sup> répond à un besoin de motivation du grand public pour pratiquer plus régulièrement une activité physique. The Smartcoach<sup>®</sup> offre à ses clients un service innovant d'« e-coaching sportif » (*electronic coaching*, une expression formée sur le modèle de l'e-learning), à savoir un système utilisant les technologies de l'information pour élaborer un programme personnalisé d'entraînement sur le site [www.thesmartcoach.be](http://www.thesmartcoach.be). La qualité et le professionnalisme du programme sont assurés par l'intervention d'un coach, qui suit à distance le bon déroulement de l'entraînement en toute simplicité et en toute sécurité. Un tel accompagnement, doublé d'un h-coaching (*human coaching*), c'est-à-dire un coaching qui met les technologies de la communication au service de l'humain, améliore considérablement les résultats obtenus, aussi bien sur le plan physique que psychologique.

The Smartcoach<sup>®</sup> est le fruit d'une recherche de trois ans menée par l'équipe de Sport-0-Top et d'une vingtaine d'années de pratique du coaching sportif par son directeur général, Rudi De Cocq. L'objectif est de rendre le coaching sportif accessible à tous et à terme d'améliorer la condition physique. The Smartcoach<sup>®</sup> ambitionne de devenir une référence du coaching sportif sur Internet (grâce au e-coaching et au h-coaching). Il s'agit de la meilleure offre personnalisée de sport en ligne et de services de coaching, unique en Europe parmi toutes les applications existantes. Le concept de coaching online de the Smartcoach<sup>®</sup> est innovant car il rassemble les technologies de l'information et de la communication sur une même plateforme pour offrir un service décontracté, compétent, abordable, qui a l'avantage d'être disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, quel que soit l'endroit du globe où le client se trouve.

### Rudi ou comment aider les autres à rebondir



Rudi De Cocq, ex-chercheur, sportif accompli, devient coach par passion, puis dirigeant de club et de fédération (rugby). Il comprend que les performances d'un sportif ou d'une équipe de sportifs exigent une approche scientifique. Il a notamment formé un tiers des joueurs des équipes nationales de rugby. Après différentes formations de moniteur de sport et de préparateur physique à l'université Claude-Bernard (Lyon), il s'intéresse de plus près à la préparation mentale en se formant à la psychologie de la performance sportive à l'UCL. Il profite de la restructuration de son ancienne entreprise pour faire de sa passion son activité.

Plusieurs constats sont à l'origine du projet the Smartcoach<sup>®</sup> : une forte diminution de la condition physique du public<sup>1</sup>, l'absence de coordination entre le monde sportif, les écoles et les autorités<sup>2</sup> et le manque de coaches<sup>3</sup>. The Smartcoach<sup>®</sup> répond donc à un besoin aussi bien qu'à une demande, née avec l'avènement des services en ligne. Rudi De Cocq s'entoure d'une petite équipe de passionnés et se lance dans l'aventure pour développer une plateforme qui permet à tout un chacun, quelle

---

<sup>1</sup> D'après Cloes M. et al. (Ulg), Marique Th. (UCL) & Heyters C. (ULB), De Bourdeaudhuij I. & Bizez P. et NASPE (1992), OMS Europe (1993).

<sup>2</sup> D'après l'institut Emile Vandervelde (nov. 2004), Journée de réflexion « Sport-Ecole » (2/12/2008).

<sup>3</sup> D'après Ivo Van Aken, Noël Lévêque, Jacques Borlée, Jacques Rogge (président du COI).

que soit sa condition physique de départ, de garantir son capital santé, de rétablir son équilibre et d'entretenir sa condition physique.

Ainsi, pourvu qu'il dispose d'une connexion Internet, quel que soit l'endroit, quelle que soit l'heure, l'abonné bénéficie – pour un tarif très raisonnable – des services en ligne de the Smartcoach®, notamment du soutien de son coach personnel et de la communauté d'amis qu'il a créée sur son espace personnel.

## L'offre the Smartcoach®

Le **premier objectif** de The Smartcoach® consiste à offrir aux pongistes du coaching online.

### Préparation physique

Elle s'adresse à des hommes comme à des femmes, âgés de 12 à 45 ans, qui souhaitent se préparer physiquement pour améliorer leurs performances en tennis de table qu'ils pratiquent déjà en club.

### Remise en forme

Les packs de remise de forme sont pour les pongistes désirant être en forme pour pratiquer leur sport pour se détendre dans une atmosphère conviviale et privée. Les pongistes peuvent s'attendre à un service de qualité à prix attractif.

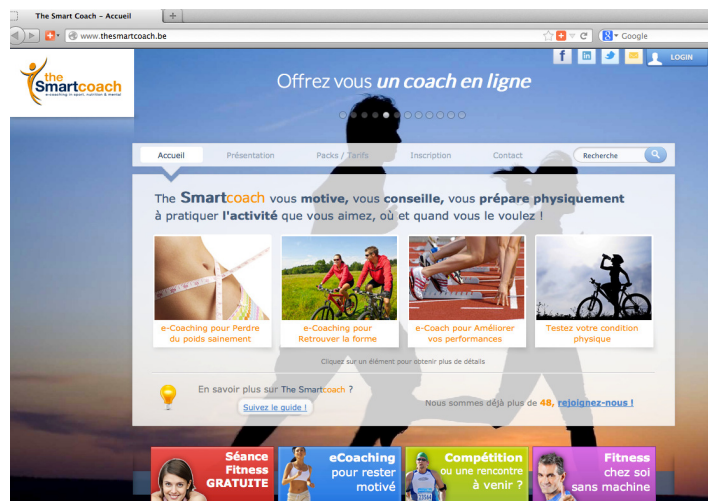
## La promotion the Smartcoach

Dans le cadre de l'accord de partenariat, la SPRL Sport-0-Top offre un bon d'achat de 10 € par pack achetés par les membres de la fédération de tennis de table.

### La procédure pour s'inscrire :

- 1) S'inscrire soit via votre compte Facebook ou via un compte the Smartcoach, en renseignant votre e-mail et en choisissant un mot de passe.
- 2) Répondez au quizz qui est une évaluation théorique de votre pratique sportive. Cela permettra à votre e-coach à mieux vous connaître.
- 3) Après avoir validé vos réponses, un e-mail de confirmation de votre inscription est envoyé à votre adresse e-mail : valider votre adresse e-mail en cliquant sur le lien envoyé dans l'e-mail de confirmation.
- 4) Revenez sur le site. Loggez vous, suivez les instructions du site.
- 5) Lorsque vous achetez un bundle, utiliser le **code promotionnel : 3f1r0tt2** pour bénéficier de 20 Smart crédits supplémentaires offerts par Sport-0-Top SPRL.
- 6) Suivez les dernières instructions et profitez à fond de l'e-coaching ! Nous vous conseillons le pack « améliorer ses performances ».
- 7) Si vous avez un problème, vous pouvez contactez [info@thesmartcoach.be](mailto:info@thesmartcoach.be) pour le résoudre.

Le **deuxième objectif** de the Smartcoach®, est de proposer des packs d'e-coaching aux clubs, afin qu'elles puissent diffuser auprès de leurs membres des abonnements. Les packs the



Smartcoach® offrent ainsi aux clubs l'opportunité de se démarquer de la concurrence et de fidéliser leur membres en offrant un service de « coach personnel en ligne ».

The Smartcoach® propose des services personnalisés dans lesquels le facteur humain est primordial ce qui le différencie des offres de service diffusées sur le Web.

De nos jours, les sportifs sont de plus en plus sensible à leur pratique sportive, à la nutrition, au bien-être et à la santé, et se montre de plus en plus exigeant. Le succès des réseaux

sociaux ainsi que de récentes études montrent que l'internaute cherche à s'entourer d'une communauté contextuelle et à échanger sur ses motivations d'utilisation du média Internet.

## Le site et ses packs d'entraînement

The Smartcoach® propose des packs adaptés à chaque type de public. Le pongiste peut suivre ses progrès au fil des semaines sur son profil. Des tutoriels d'exercices sont offerts en ligne. L'originalité réside dans le suivi mis en place par The Smartcoach®, mais aussi dans l'accès illimité aux séances d'entraînement ainsi qu'à des évaluations programmées : tests d'endurance, de force ou de vitesse. Le pongiste a accès aux services d'h-coaching de professionnels diplômés et expérimentés : préparateurs physiques, coaches en nutrition, kinésithérapeutes, psycho-motivateurs, sportifs, ainsi qu'au suivi automatisé (e-coaching) de réalisation de séances d'entraînement via SMS et e-mail.



	e-coaching perte de poids sainement	e-coaching remise en forme	e-coaching amélioration des performances
<b>Public</b> Besoin Catégorie Spécificité	perte de poids toutes capacité aérobie	être en forme toutes générales	performer sportifs en fonction du sport
<b>Quizz &amp; tests d'évaluation</b>	oui	oui	oui
<b>e-community</b> Groupe/équipe Blog sport, nutrition, motivation	(oui) oui	(oui) oui	oui oui
<b>e-fitness</b> Nombre de séances/pack	36	40	45
<b>e-coaching</b> SMS d'alerte e-mail d'évaluation	36 36	40 40	45 45
<b>Valeur</b> Smart credits (SC) Durée du pack Durée de validité des SC	144 12 semaines 24 semaines	160 12 semaines 24 semaines	180 13 semaines 26 semaines
<b>Coût du pack</b>	56 €	60 €	66 €
<b>Coût maximum du pack/mois</b>	18,7 €	20 €	20,3 €

## Le positionnement de the Smartcoach® dans le marché du sport

The Smartcoach® offre du **coaching en préparation physique générale** (dit PPG<sup>4</sup> : cardio, fitness, renforcement musculaire) et **en préparation physique orientée** (dite PPO<sup>5</sup> : exercices physiques orientés vers l'activité physique choisie) aux particuliers (utilisateurs finaux des services), aux clubs et aux entreprises. The Smartcoach® se différencie ainsi des clubs « amateurs » de sport, qui proposent principalement des entraînements à la technique de la pratique d'un sport et par conséquent de la préparation physique spécifique (dite PPS<sup>6</sup>).

The Smartcoach® n'ambitionne pas de former des personnes à un sport spécifique comme le tennis de table, football, le tennis, la gymnastique, le basket, l'équitation, le golf, le volley, le hockey... mais bien aux sports de base que sont le footing, le fitness, ou la préparation physique générale aux sports spécifiques cités plus haut.

## En conclusion

En Bref, the Smartcoach est une offre de **Personal Coach on line** ! Ces services permettent aux membres du club d'améliorer leur condition physique en plus de leurs entraînements "terrain".

### Les avantages pour les membres :

- Offre d'e-coaching très personnalisée (SMS, programmes personnalisés d'entraînement,

<sup>4</sup> La préparation physique générale (PPG) a pour objectif le réel développement des qualités physiques. On recherche un équilibre harmonieux entre toutes ces qualités.

<sup>5</sup> La préparation physique orientée (PPO) cible les qualités spécifiques de l'activité physique ou du sport pratiqué.

<sup>6</sup> La préparation physique spécifique (PPS) consiste à mettre l'athlète dans les conditions de forme optimales pour la réalisation d'une performance.

- suivi de la réalisation des séances d'entraînement)
- Adaptabilité au rythme du membre (où et quant il le désire !)
- Accessibilité permanente : Offre de service quasi immédiate
- Expertise des partenaires par un contact avec une équipe pluridisciplinaire provenant du monde du coaching sportif
- Rapport qualité/prix élevé : la séance d'e-coaching revient à moins de 2€. Le membre prépaie en fonction de ses besoins, une somme via l'achat de lot (dit "Bundle") de « Smart » crédits pour accéder aux services The Smartcoach. L'avantage pour le membre est qu'il ne paie que ce qu'il consomme. Le deuxième avantage : plus le membre achète de crédits, moins l'unité de crédit coûte chère.
- Un futur réseau de partage d'agenda individuel d'activité sportive.

#### **Les avantages pour le club :**

La SPRL Sport-0-Top souhaite conclure avec le club un accord de partenariat en vue de s'entraider dans nos développements respectifs.

- Permet d'offrir un service d'e-Coaching unique en Europe
- Centré sur le sport et la santé
- Permet d'offrir un service utilisant les technologies utilisées par les membres (Web, mobile, tablette, vidéoconférence...)
- Permet d'offrir à vos membres une nouvelle façon de gérer sa condition physique

#### **L'offre de SPRL Sport-0-Top aux clubs**

Dans le cadre de l'accord de partenariat, la SPRL Sport-0-Top assurerait au club un sponsoring pour un montant proportionnel aux Smartcrédits achetés par les membres.

#### **Un concept innovant et unique**

**The Smartcoach**<sup>®</sup> ou comment remettre l'humain au cœur du Web et des applications mobiles. Derrière chaque clic, il y a quelqu'un. Que ce soit lors d'un entretien par vidéoconférence Internet (via Skype), de l'envoi du programme d'entraînement, au cours d'une activité personnalisée, à l'occasion d'un bilan, d'un rappel ou d'un encouragement, il y a toujours quelqu'un au cœur de la plateforme multimodale d'entraînement, de nutrition et de santé de **The Smartcoach**<sup>®</sup>.

Parmi la multitude d'applications et de sites dédiés au sport, **the Smartcoach**<sup>®</sup> est la seule plateforme Web à offrir un véritable coaching humain.

**The Smartcoach**<sup>®</sup>, c'est le coach qui conseille, encourage, relance et offre la possibilité de partager le plaisir de bouger sainement avec une communauté d'amis, qui deviennent amis entre eux.

#### **En savoir plus :**

Rudi De Cocq  
Directeur général  
Sport-0-Top SPRL

0477/847 998

[rudi@thesmartcoach.be](mailto:rudi@thesmartcoach.be)

[www.thesmartcoach.be](http://www.thesmartcoach.be)



#### **En savoir plus sur InnovaTech :**

Ce dossier de presse a été réalisé avec l'aide d'InnovaTech.

InnovaTech accompagne les porteurs de projets et entreprises innovantes dans leur projet d'innovation technologique et les aide à se promouvoir auprès de la presse. InnovaTech est financée par le Fonds social européen et la Wallonie.

Plus d'infos sur [www.innovatech.be](http://www.innovatech.be)