



**AsterRe**  
by Renaissance  
COACHING & MANAGEMENT

# Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille  
2 octobre 2025

## L'essentiel en quelques chiffres

- 46 jours de formation en présentiel (soit 330 heures)
- 18 mois entre le début de la formation et la certification
- 15 modules de 3 ou 4 jours, chaque 4 à 6 semaines
- 15 sessions de coaching supervisé ou d'approfondissement en distanciel
- 15 heures d'accompagnement individuel / supervision
- 10 soirées rencontres thématiques avec un intervenant expert

## Les spécificités

- \* Approche pragmatique et exigeante du métier de coach professionnel ancrée dans la réalité terrain actuelle
- \* 3 modules dédiés à l'approfondissement de la conscience de soi, pour découvrir son excellence dans l'action (MOII), son inventaire de personnalité Process Communication Model® et développer le leadership de soi (Pierre angulaire de l'Élément Humain®)
- \* Co-animation par 2 professionnelles expertes de l'accompagnement pour dynamiser et mailler les cadres de référence
- \* Écosystème de coaches expérimentés et de superviseurs en soutien et en compagnonnage pour densifier sa pratique dès le début du parcours
- \* Espace de co-working dédié aux professionnels de l'accompagnement pour travailler en réseau
- \* Parcours structurant couplé avec le cabinet Renaissance, spécialisé dans la formation managériale et le coaching
- \* Encadrement du lancement d'activité en partenariat avec une couveuse d'entreprise pour pérenniser sa structure et vivre de son métier



**AsterRe**  
by Renaissance  
COACHING & MANAGEMENT

# Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille  
2 octobre 2025

## Les objectifs

AsterRe est une formation opérationnelle visant la maîtrise et le déploiement des techniques de coaching individuel, collectif et d'intelligence collective apprises dans un cadre de soutien structuré et innovant.

Chacun vit une expérience transformationnelle sur les plans personnel et professionnel et développe son potentiel à son rythme.

Nous préparons les coachs à la réalité du métier grâce à des mises en situations concrètes, une identification de leur offre, et une intégration progressive de la posture et des outils métier.

Pour exercer le métier de coach, de manager, de consultant ou de formateur, les participants acquièrent :

- \* une conscience de soi et de sa pratique, source d'autonomie
- \* une appropriation du cadre déontologique de la profession
- \* des compétences techniques, relationnelles et communicationnelles affutées
- \* une connaissance pragmatique des systèmes et des organisations
- \* la capacité à accompagner les transformations dans une dynamique individuelle et collective, avec une vision humaniste



**AsterRe**  
by Renaissance  
COACHING & MANAGEMENT

# Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille  
2 octobre 2025

## L'art du coaching professionnel

## L'excellence en pratique

Avec AsterRe, le coaching professionnel s'apprend ensemble par la mise en situation et l'entraînement. Dans chaque module et entre chaque session, le groupe met en pratique les acquis.

Chacun expérimente les modèles et les outils pour soi-même avant de le mettre au service des personnes et des systèmes accompagnés. Nous encourageons une pratique supervisée et le compagnonnage en binôme avec un coach expérimenté dès le début du parcours pour incarner les concepts dans son propre geste et sa posture.



Coaching live  
supervisé



Analyse de vos  
interventions en  
entreprise



Laboratoire  
expérientiel à  
l'Atelier



Observation  
terrain  
parrainée



Développement  
personnel en  
thérapie



Ancré dans  
l'accompagne-  
ment en  
entreprise



**AsterRe**  
by Renaissance  
COACHING & MANAGEMENT

# Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille  
2 octobre 2025

## L'art du coaching professionnel

### Être, savoir et faire, ensemble

Avec AsterRe, l'excellence du coaching professionnel s'apprend par la transmission vivante d'un savoir-faire, auprès d'expertes du métier de l'accompagnement en entreprise et de la thérapie, au sein d'une communauté engagée. Isabelle et Caroline, artisans de cette démarche, ont façonné depuis 2018 une école où chaque coach en devenir est guidé avec soin, pas à pas, vers la maîtrise. L'apprentissage se vit dans l'échange et l'entraide, au cœur d'un écosystème collaboratif unique qui honore le temps de la maturation et la richesse des expériences partagées.

*Dans une profession où l'indépendance peut parfois conduire à l'isolement, nous avons fait le choix d'un modèle collaboratif et solidaire, où la connexion et l'entraide sont au cœur du parcours.*





**AsterRe**  
by Renaissance  
COACHING & MANAGEMENT

# Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille  
2 octobre 2025

## Notre socle théorique

Le parcours AsterRe permet à chacun d'intégrer de façon approfondie un ensemble de techniques et d'outils dans les domaines suivants couvrant les champs de l'accompagnement individuel, d'équipe ou d'organisation :

- \* L'analyse transactionnelle
- \* L'Élément Humain ®
- \* Le coaching des émotions
- \* Process Communication Model ®
- \* L'approche systémique

## Nos fondements conceptuels au travers de quelques auteurs référents

Par ordre alphabétique :

- \* Daniel Chernet
- \* Dominique Bériot
- \* Eric Berne
- \* Frédéric Demarquet
- \* Gérard Collignon
- \* Jérôme Curnier
- \* Patrice Dubourg
- \* Stephen Karpman
- \* Taibi Kalher
- \* Vincent Lenhardt
- \* Will Schutz



**AsterRe**  
by Renaissance  
COACHING & MANAGEMENT

# Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille  
2 octobre 2025

## Le calendrier

	MODULE	DATES
2025	M1	2-3-4 octobre 2025
	M2	13-14-15 novembre 2025
	M3	10-11-12-13 décembre 2025
2026	M4	8-9-10 janvier 2026
	M5	5-6-7 février 2026
	M6	19-20-21 mars 2026
	M7	23-24-25 avril 2026
	M8	28-29-30 mai 2026
	M9	9-10-11 juillet 2026
	M10	27-28-29 août 2026
	M11	1-2-3 octobre 2026
	M12	5-6-7 novembre 2026
	M13	10-11-12 décembre 2026
2027	M14	21-22-23 janvier 2027
	M15	11-12-13 mars 2027



**AsterRe**  
by Renaissance  
COACHING & MANAGEMENT

# Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille  
2 octobre 2025

## Les prérequis et les modalités d'admission

Nous constituons chaque promotion de 12 participants avec attention.

Une expérience de plus de 5 ans en entreprise ou dans un système qui permette d'avoir confirmé un goût prononcé pour les relations humaines, le management ou l'accompagnement est requise.

L'inscription est validée après un entretien individuel avec Caroline ou Isabelle, au cours duquel nous évaluons la cohérence de nos projets mutuels.

## Le tarif et les modalités de règlement

Particuliers et entreprises de moins de 5 personnes : 15 000 €net

Entreprises de 6 personnes ou plus : 21 000 €net

Le paiement est possible sur 3 ans, soit 5 000 €net par année calendaire (respectivement 7 000 €net pour les entreprises de 6 personnes)

Les personnes qui cooptent un participant qui valide son inscription bénéficient d'une remise de 10% sur le tarif qui leur sera facturé (soit une remise de 1 500 €net - respectivement 2 100€ pour les entreprises de 6 personnes)



**AsterRe**  
by Renaissance  
COACHING & MANAGEMENT

# Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille  
2 octobre 2025

## La formation en chiffres clés

**60**

Personnes formées au coaching professionnel en 5 ans

**DUO**

d'enseignantes renforcé par un groupe de 20 experts

**100%**

des personnes formées exercent le coaching

- à plein temps,
- en complément de leur activité de formateur, de conseil, ou de leur activité de salarié,
- en tant que manager

**85**

professionnels de l'accompagnement en réseau ou en co-working en contact avec l'école de coaching

**96,7%**

de taux de satisfaction

## Contact

Vous pouvez nous contacter directement par email :

- \* Caroline Couturier :  
[caroline.couturier@renaissance-conseil.com](mailto:caroline.couturier@renaissance-conseil.com)
- \* Isabelle Jarniou Contal :  
[isabelle.jarniou.contal@renaissance-conseil.com](mailto:isabelle.jarniou.contal@renaissance-conseil.com)
- \* ou [contact@renaissance-conseil.com](mailto:contact@renaissance-conseil.com)

Tout savoir sur notre pôle Transmissin et notamment la formation AsterRe :

<https://www.renaissance-conseil.com/transmission/>



**AsterRe**  
by Renaissance  
COACHING & MANAGEMENT

# Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille  
2 octobre 2025



## Les formatrices : Isabelle Jarniou-Contal

Après 11 ans de management en entreprise, je me suis spécialisée dans l'accompagnement des dirigeants, des managers ou des équipes pour leur développement personnel et professionnel : mes missions sont centrées sur des reconversions, des prises de poste, des recherches de performance, des « rebonds » suite à des traumatismes ou des burn-out.

De formation juridique et de gestion d'entreprises, je me suis spécialisée dans la gestion d'équipe, et la structure financière des projets.

Après avoir côtoyé la complexité des organisations, les difficultés de conduire un groupe, la solitude du leader, et la mécommunication dans les relations interpersonnelles que j'ai décidé d'orienter ma vie professionnelle vers un métier qui me permettrait d'aider chaque personne et chaque équipe à prendre conscience et à gérer ses ressources, à les mettre au service de ses objectifs et de ses projets de vie. Mon accompagnement associe deux polarités distinctes et complémentaires : d'une part, j'ai développé une expertise en coaching individuel, d'équipe et d'organisation, et d'autre part, j'ai ouvert mon champ d'intervention à la pratique de la médecine chinoise, la sophrologie, les techniques de libération émotionnelle et la préparation mentale. Cette double approche colore ma technique d'accompagnement depuis 2010.

Coach certifiée Maître Praticien, enseignement et supervision (Institut Maïeutis). Coach et formatrice en Performance Mentale (Méthode Target®). Coach et formatrice Process Communication® et en process Thérapie. Coach praticienne Élément Humain ®

DEA de sciences juridiques (1995) et DESS de gestion d'entreprise (1998)

Formée en Médecine Traditionnelle Chinoise par la FLETC (2012) - 5 éléments (2017)



**AsterRe**  
by Renaissance  
COACHING & MANAGEMENT

# Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille  
2 octobre 2025



## Les formatrices : Caroline Couturier

Spécialisée dans l'optimisation de la performance au travers du développement des pratiques

managériales et du développement personnel, j'accompagne des dirigeants, des managers, des organisations dans leur transformation au travers de coachings individuels et d'équipes, et d'ateliers de développement managérial et personnel.

Je suis co-auteur du roman « C'est la Vie », avec Eric Perret- The BookEdition.com - 2020 - adapté depuis au théâtre, et j'ai participé activement à l'écriture du livre « Osez l'amour de soi - au travail aussi ! » - InterEditions/Dunod - 2024.

Après 13 ans de responsabilités opérationnelles dans les Telecom dont 5 ans en tant que Directeur Marketing du Groupe BT, j'ai fondé en 2009 un cabinet de conseil en management, que j'ai fusionné avec le cabinet Renaissance début 2013, en m'associant avec Eric Perret, puis avec Isabelle Jarniou-Contal. J'ai créé en 2019 de l'Atelier Coquelicot, un espace de co-working dédié aux artisans de l'accompagnement en entreprise, pour contribuer à la professionnalisation du métier de coach.

Coach certifiée Maître Praticien, enseignement et supervision (Institut Maïeutis). Coach Process Communication®. Coach praticienne Élément Humain ® et praticienne de l'approche Systémique. Formatrice avec Daniel Chernet pour Coacher les émotions.

Membre de l'association de coaching EMCC France, du Centre des Jeunes Dirigeants. Coach bénévole pour 60 000 Rebonds. Animatrice APM (Association pour le Progrès du Management) pendant 5 ans.

Ingénieur Télécom (Promotion 1997 ENST Paris) - MBA London Business School (LBS 2007)