



NEUROTRADINGLAB STARTER

Workbook pratique · édition 2026

Comprendre. Tester. Mesurer. Automatiser.

10 modules · calculs · journal · checklists · projet final

Formation éducative. Aucun rendement n'est promis ou garanti.

Mode d'emploi

Ce workbook accompagne le parcours Starter. Travaillez dans l'ordre, sur données historiques ou compte de démonstration. Chaque réponse doit pouvoir être auditée : date, source, hypothèse, règle, calcul, résultat et correction.

Validation d'un module : quiz $\geq 80\%$, exercice livré et critères pratiques vérifiés. Validation du parcours : projet $\geq 80/100$ et aucune faiblesse critique en gestion du risque.

Étape	Question de contrôle
1. Comprendre	Puis-je expliquer la notion sans jargon ?
2. Observer	Quelles données sont réellement disponibles ?
3. Appliquer	La règle produit-elle une décision reproductible ?
4. Simuler	Ai-je évité toute exposition réelle ?
5. Tester	Le protocole et les coûts sont-ils gelés ?
6. Mesurer	Quelles unités, distributions et limites ?
7. Corriger	Une seule modification est-elle versionnée ?
8. Automatiser	Les contrôles de risque restent-ils indépendants ?
9. Valider	Les preuves satisfont-elles les seuils écrits ?

Module 1 · Trading, incertitude et processus

Séparer qualité de décision et résultat. Formuler une hypothèse falsifiable et mesurer les résultats en R.

Avant de commencer

Date : _____ Temps prévu : _____ Données / plateforme : _____

Question centrale

Quelle décision cette notion permet-elle de prendre, avec quelles données et quelle condition d'abandon ?

Exercice pratique

Écrivez une hypothèse avec contexte, entrée, invalidation, sortie et risque maximal.

Règle de risque

Aucun ordre sans perte maximale chiffrée avant l'action.

Auto-évaluation

Critère	Oui	À revoir
Je peux refaire le calcul ou la règle sans aide	■	■
Mes données, unités et hypothèses sont documentées	■	■
J'ai noté l'erreur la plus probable	■	■
Mon livrable est daté et reproductible	■	■

Module 2 · Marchés, instruments et acteurs

Comparer actions, obligations, devises, indices, matières premières, crypto et CFD à partir de leurs contrats.

Avant de commencer

Date : _____ Temps prévu : _____ Données / plateforme : _____

Question centrale

Quelle décision cette notion permet-elle de prendre, avec quelles données et quelle condition d'abandon ?

Exercice pratique

Documentez valeur du point, taille de contrat, session et coûts de deux instruments.

Règle de risque

Le volume affiché n'est jamais comparable sans la valeur du point.

Auto-évaluation

Critère	Oui	À revoir
Je peux refaire le calcul ou la règle sans aide	■	■
Mes données, unités et hypothèses sont documentées	■	■
J'ai noté l'erreur la plus probable	■	■
Mon livrable est daté et reproductible	■	■

Module 3 · Prix, spread, ordres, marge et levier

Comprendre Bid/Ask, market/limit/stop, slippage, financement, exposition et levier économique.

Avant de commencer

Date : _____ Temps prévu : _____ Données / plateforme : _____

Question centrale

Quelle décision cette notion permet-elle de prendre, avec quelles données et quelle condition d'abandon ?

Exercice pratique

Simulez trois ordres et relevez prix demandé, exécuté, spread et slippage.

Règle de risque

La marge disponible n'est pas un budget de risque.

Auto-évaluation

Critère	Oui	À revoir
Je peux refaire le calcul ou la règle sans aide	■	■
Mes données, unités et hypothèses sont documentées	■	■
J'ai noté l'erreur la plus probable	■	■
Mon livrable est daté et reproductible	■	■

Module 4 · Graphiques et unités de temps

Lire OHLC, agréger les bougies et attribuer un rôle stable au contexte, au setup et à l'exécution.

Avant de commencer

Date : _____ Temps prévu : _____ Données / plateforme : _____

Question centrale

Quelle décision cette notion permet-elle de prendre, avec quelles données et quelle condition d'abandon ?

Exercice pratique

Annotez le même mouvement en M15, H1 et H4 sans déplacer l'invalidation.

Règle de risque

Le timeframe d'invalidation est fixé avant l'entrée.

Auto-évaluation

Critère	Oui	À revoir
Je peux refaire le calcul ou la règle sans aide	■	■
Mes données, unités et hypothèses sont documentées	■	■
J'ai noté l'erreur la plus probable	■	■
Mon livrable est daté et reproductible	■	■

Module 5 · Tendance, range et figures

Transformer les figures chartistes en règles de distance, clôture, validation et invalidation.

Avant de commencer

Date : _____ Temps prévu : _____ Données / plateforme : _____

Question centrale

Quelle décision cette notion permet-elle de prendre, avec quelles données et quelle condition d'abandon ?

Exercice pratique

Classez 30 séquences puis construisez un atlas de 12 captures annotées.

Règle de risque

Une figure est une hypothèse conditionnelle, jamais une prédiction.

Auto-évaluation

Critère	Oui	À revoir
Je peux refaire le calcul ou la règle sans aide	■	■
Mes données, unités et hypothèses sont documentées	■	■
J'ai noté l'erreur la plus probable	■	■
Mon livrable est daté et reproductible	■	■

Module 6 · Risque, taille de position et R

Calculer risque monétaire, volume, R-multiple, drawdown et limites agrégées.

Avant de commencer

Date : _____ Temps prévu : _____ Données / plateforme : _____

Question centrale

Quelle décision cette notion permet-elle de prendre, avec quelles données et quelle condition d'abandon ?

Exercice pratique

Vérifiez dix calculs de sizing à la main et dans le journal Excel.

Règle de risque

En apprentissage : simulation ; aucune exposition réelle requise.

Auto-évaluation

Critère	Oui	À revoir
Je peux refaire le calcul ou la règle sans aide	■	■
Mes données, unités et hypothèses sont documentées	■	■
J'ai noté l'erreur la plus probable	■	■
Mon livrable est daté et reproductible	■	■

Module 7 · Psychologie et neurosciences

Identifier récence, confirmation, FOMO, aversion à la perte et mesurer l'adhérence au plan.

Avant de commencer

Date : _____ Temps prévu : _____ Données / plateforme : _____

Question centrale

Quelle décision cette notion permet-elle de prendre, avec quelles données et quelle condition d'abandon ?

Exercice pratique

Suivez sommeil, stress, impulsion et adhérence pendant 14 jours.

Règle de risque

Une émotion informe ; elle ne commande jamais la taille.

Auto-évaluation

Critère	Oui	À revoir
Je peux refaire le calcul ou la règle sans aide	■	■
Mes données, unités et hypothèses sont documentées	■	■
J'ai noté l'erreur la plus probable	■	■
Mon livrable est daté et reproductible	■	■

Module 8 · Analyse technique et fondamentale

Relier données, consensus, surprise, contexte et réaction sans inventer de causalité.

Avant de commencer

Date : _____ Temps prévu : _____ Données / plateforme : _____

Question centrale

Quelle décision cette notion permet-elle de prendre, avec quelles données et quelle condition d'abandon ?

Exercice pratique

Préparez trois scénarios conditionnels autour d'une publication passée.

Règle de risque

Suspendre ce qui n'a pas été testé dans un régime d'annonce.

Auto-évaluation

Critère	Oui	À revoir
Je peux refaire le calcul ou la règle sans aide	■	■
Mes données, unités et hypothèses sont documentées	■	■
J'ai noté l'erreur la plus probable	■	■
Mon livrable est daté et reproductible	■	■

Module 9 · Journal, plan et démonstration

Versionner les règles, consigner toutes les décisions et effectuer une revue avec une seule correction.

Avant de commencer

Date : _____ Temps prévu : _____ Données / plateforme : _____

Question centrale

Quelle décision cette notion permet-elle de prendre, avec quelles données et quelle condition d'abandon ?

Exercice pratique

Réalisez 20 décisions démo sans modifier les règles en cours d'échantillon.

Règle de risque

Le compte démo reste obligatoire avant validation du protocole.

Auto-évaluation

Critère	Oui	À revoir
Je peux refaire le calcul ou la règle sans aide	■	■
Mes données, unités et hypothèses sont documentées	■	■
J'ai noté l'erreur la plus probable	■	■
Mon livrable est daté et reproductible	■	■

Module 10 · Projet Starter

Assembler plan, journal, captures, calculs et analyse critique dans un dossier auditable.

Avant de commencer

Date : _____ Temps prévu : _____ Données / plateforme : _____

Question centrale

Quelle décision cette notion permet-elle de prendre, avec quelles données et quelle condition d'abandon ?

Exercice pratique

Présentez toutes les décisions de la période, y compris abstentions et erreurs.

Règle de risque

La compétence risque est non compensable dans la certification.

Auto-évaluation

Critère	Oui	À revoir
Je peux refaire le calcul ou la règle sans aide	■	■
Mes données, unités et hypothèses sont documentées	■	■
J'ai noté l'erreur la plus probable	■	■
Mon livrable est daté et reproductible	■	■

Calculateur manuel de risque

Formule : risque monétaire = capital × risque %. Perte d'un lot au stop = distance au stop × valeur du point. Taille théorique = risque monétaire ÷ perte d'un lot au stop.

Cas	Capital	Risque %	Risque €	Stop	€/point/lot	Taille
Exemple	10 000 €	0,5 %	50 €	25	10 €	0,20
1						
2						
3						
4						
5						

Vérifiez toujours les unités, le pas de volume, la valeur du tick et la devise du compte. Le résultat théorique doit être arrondi dans le sens de la réduction du risque.

Plan de trading — une page

Objectif et horizon

Marchés et sessions autorisés

Régimes autorisés / interdits

Setup et déclencheur

Invalidation et sortie

Risque par décision / jour / semaine

Exposition corrélée maximale

Événements et conditions d'abstention

Checklist avant ordre

Règles d'arrêt

Journal et captures

Fréquence de revue et gouvernance des changements

Projet final et grille de certification

Dossier attendu : plan versionné, 20 décisions démo consécutives, calculs de risque, captures avant/après, journal complet et analyse critique de 500 mots.

Axe	Points	Minimum	Preuve attendue
Connaissances	20	12	Quiz et explications
Gestion du risque	25	15	Calculs, limites, arrêts
Exécution	20	12	Checklists et captures
Journal	20	12	20 décisions complètes
Analyse critique	15	9	Limites et remédiation
TOTAL	100	80	Aucun axe critique sous 60 %

Analyse critique — forces, limites, prochaine compétence

Avertissement : le trading et les produits à effet de levier comportent un risque de perte partielle ou totale du capital. Ce document est éducatif, ne constitue pas un conseil financier personnalisé et ne promet aucun résultat. Les mineurs restent exclusivement en simulation.