




Vous êtes en situation de handicap et souhaitez participer à l'une de nos formations ?
Consultez-nous : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée.

CYCLE PERFECTIONNEMENT ET SPÉCIALISATION

Filière en Salle

TENDANCE WORK - FIT'BALL

 Découvrez une nouvelle façon de pratiquer l'activité physique à l'aide d'un gros ballon gonflable. Le Fit'Ball est une méthode d'entraînement alliant mouvements fonctionnels et travail en profondeur de tout le corps tout en gardant la connexion avec le ballon. Le ballon devient votre allié, il vous suit, vous le suivez. Améliorez votre confiance en vous, votre posture, votre équilibre, votre tonicité et votre mobilité. La formation Fit'Ball vous permettra d'enrichir vos séances EPGV - Activité classée Work (renforcement musculaire).

POUR QUI ?

- ❖ Titulaire du diplôme « animateur 1er degré Adultes en salle »
- ❖ Titulaire du CQP ALS Option AGEE ou Instructeur Fitness mention cours collectifs
- ❖ Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BP – STAPS – etc.)

PRÉREQUIS

- ❖ Être titulaire du PCS1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1)
- ❖ Être licencié à la FFEPGV
- ❖ Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS)
- ❖ Être titulaire du module « Culture Fédérale »
- ❖ Avoir des expériences dans un ou plusieurs domaines (techniques d'expression, techniques cardio, renforcement musculaire, techniques douces)
- ❖ Participer au positionnement téléphonique préalable à la formation

LES OBJECTIFS

- ❖ Renforcer les compétences techniques de l'animateur dans Fit'Ball
- ❖ S'approprier les fondamentaux et les techniques de l'activité Fit'Ball
- ❖ S'approprier l'outil de formation (manuel et DVD)
- ❖ Concevoir des séquences de Fit'Ball dans la logique de l'activité

CONTENUS DE LA FORMATION

- ❖ Logique interne et technique de l'activité Fit'Ball
- ❖ Répertoire de mouvements et méthodologie
- ❖ Combinaison de mouvements et démarches pédagogiques
- ❖ Créativité et expression
- ❖ Exemple de combinaison de mouvements

<p>MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alternance d'apports de connaissances et de mise en pratique sur le terrain. • Formation centrée sur l'appropriation de techniques en lien avec les compétences d'animateur. 	<p>OUTILS DE FORMATION</p> <ul style="list-style-type: none"> • Manuel de formation • DVD explicatif pas à pas des différentes techniques.
<p>DURÉE ET DÉROULEMENT DE LA FORMATION</p> <p>= 14 heures</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formation en centre : 14h00 <p>+ <i>Classes virtuelles de suivi post formation : 2 X 1h00 - Créneaux définis durant la formation (non facturées)</i></p>	<p>DATES & LIEUX DE FORMATION *</p> <ul style="list-style-type: none"> • Modules en centre N°1 : <ul style="list-style-type: none"> → le 07/01/2024 (Vacances Scolaires) → Lieu : Tours (37) • Modules en centre N°2 : <ul style="list-style-type: none"> → le 11/02/2024 → Lieu : Tours (37) <p>* <i>Programmation susceptible d'évoluer en fonction des disponibilités du lieu d'accueil de la formation</i></p>
<p>ENCADREMENT</p> <ul style="list-style-type: none"> • Responsable de formation : Carine Lambert, Tuteur-programme • Equipe pédagogique : Charlène Dieudonné, Tuteur-cours 	<p>DATE LIMITE D'INSCRIPTION</p> <ul style="list-style-type: none"> • 11 décembre 2024
<p>MODALITÉS DE VALIDATION ET DE CERTIFICATION</p> <ul style="list-style-type: none"> • Validation : Feuilles de présence, Fiche d'émargement, Formulaires d'évaluation de la formation, Evaluation formative (Mises en situation pratique, Animation de séquences) • Certification : <u>Pour y accéder</u> : Avoir suivi intégralement la formation 	<p>DIPLÔME REMIS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Attestation fédérale « Fit'Ball »
<p>POUR ALLER PLUS LOIN</p> <ul style="list-style-type: none"> • À la suite de cette formation, nous vous conseillons de suivre une autre spécialisation Tendance : Basic Tendance, Boxing Energy, Cross Training Sport Santé, etc. 	<p>POINTS FORTS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Une modulaire complémentaire afin d'enrichir ses compétences d'animateur • Un contenu innovant pour répondre aux demandes des pratiquants • Des outils clefs en main
<p>RENSEIGNEMENTS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Renseignement disponibles sur le site régional Ctrl+clic pour suivre le lien : Nos formations Fitness 	<p>BÉNÉFICES MÉTIER</p> <ul style="list-style-type: none"> • Renforcer ses compétences d'animation (technique, démarches pédagogiques).
<p>FRAIS DE FORMATION</p> <ul style="list-style-type: none"> • Frais d'inscription : Néant • Frais pédagogiques : <ul style="list-style-type: none"> → Tarif horaire = 40,00 € → Coût de la formation = 560,00 € → Le coût de la formation peut varier en fonction de sa prise en charge : Une réduction peut être accordée aux stagiaires dont les frais de formation ne sont pas pris en charge au titre de la formation professionnelle selon les critères inclus aux Conditions Générales de Ventes • Frais de transport : à la charge du stagiaire ou d'un financeur • Frais annexes (hébergement/restauration) : à la charge du stagiaire ou d'un financeur 	<p>FINANCEMENT AFDAS : TUTORIEL</p> <p>Ctrl+clic pour suivre le lien (descendre en bas de page) : TUTORIEL COMPLET pour réaliser une demande de financement AFDAS</p> <p><u>Résolution rapide de points de complétude pouvant poser des difficultés :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Quel type de demande souhaitez-vous faire ? : <ul style="list-style-type: none"> ↳ Développement des compétences - Création de la DPC - Nature de l'action : <ul style="list-style-type: none"> ↳ Action de formation - Qui dispense la prestation du module ? : <ul style="list-style-type: none"> ↳ Qui dispense = Un prestataire externe à votre entreprise ↳ Raison sociale = Comité régional EPGV Centre - Création du module – Descriptif de l'action : <ul style="list-style-type: none"> ↳ Action de formation ↳ Non certifiante

CONTACTEZ VOTRE COMITÉ DÉPARTEMENTAL

Cher : 02 48 50 48 81	Eure et Loir : 06 48 93 93 70	Indre : 06 30 29 25 85
Indre et Loire : 06 71 77 28 78	Loir et Cher : 06 17 79 94 72	Loiret : 06 36 83 55 09