

IRFA 5962

Comité Régional Nord Pas de Calais FFGym

Savez-vous que
la formation professionnelle
est un droit ?

L'IRFA 59/62
est votre partenaire
pour une formation efficace

irfa5962@orange.fr - tél. 06 10 17 11 73

Employés, bénévoles, venez découvrir
les formations de l'IRFA pour tous les
domaines de la vie associative : gestion,
développement, animation...

Logo of the French Republic

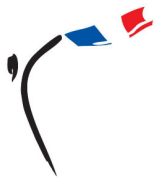
http://irfa5962.france.com/



Animateur Fédéral des Activités Gymniques d'Entretien

IRFA 5962
N°SIRET : 51031130100012
N° D'OF : 31590702959

Comité régional Nord Pas de Calais de Gymnastique
Complexe sportif Dhinnin-Salle Marcel Vandromme 258 rue G.Pompidou 59110 La Madeleine
Tel : 03 20 56 28 39 @ : ffgym5962@orange.fr Site : www.nordpasdecalais-ffgym.com
Association Loi 1901 déclarée à la préfecture de Lille n°1651 du 12 janvier 1925 Agréée Jeunesse et Sports



Animateur Fédéral des Activités Gymniques d'Entretien

Formation :

les 3,4,5,10,11 et 12 avril 2010

Date limite d'inscription : 15 mars 2010 (fiche d'inscription jointe)

Public :

Titulaire d'une licence FFG

Être âgé de 16 ans (être né en 1994 pour la saison 2009.2010)

Contact :

IRFA 5962

03.20.56.28.39

irfa5962@orange.fr

Objectif :

Animer en autonomie pédagogique un groupe de pratiquants sur les activités gymniques d'entretien

Pré-requis :

Accès direct à la formation

Contenus de la formation :

- Suivi d'une dizaine de cours en renforcement musculaire et stretching (avec ou sans matériel divers...)
- Utilisation la musique comme support pédagogique
- Construction de séances à thèmes en fonction de groupes musculaires ciblés
- Apport de consignes adaptées et pertinentes
- Animation de séances

Evaluation :

- Conduite d'un groupe loisir sur une séance
- Evaluation de la pratique sur le suivi de cours

Déroulement :

Dates : les 3,4,5,10,11 et 12 avril 2010

Lieu : ARQUES

Volume Horaire : 35h

Effectif : 30 à 35 personnes

Coût pédagogique :

60€ pour les clubs de la région

120€ pour les autres

Encadrement :

Laëtitia LENCLOS