

FILIERE ADULTE EXTERIEUR

Marche Nordique Sport Santé



EPGV

Comité Régional
Grand-Est

Une seule ligne de conduite : utiliser des bâtons et développer une technique spécifique pour travailler l'ensemble du corps



→ PUBLIC

- Titulaire du diplôme animateur 1er degré adulte ou senior
- Titulaire du CQP ALS AGEE
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BP-STAPS...)

→ PRÉ-REQUIS

- Animateur licencié FFEPGV
- Certificat médical
- PSC1

→ OBJECTIFS

- S'approprier les caractéristiques de l'activité et les connaissances théoriques et pédagogiques qui y sont rattachées
- Concevoir des séances et/ou un cycle de séances de marche nordique répondant à des intentions éducatives variées
- Maîtriser les recommandations de mise en sécurité liées à l'activité
- Permettre une pratique physique efficiente pour la santé

CONTENUS

- Les courbes de séance
- Historique de la marche nordique
- La séance marche nordique Sport Santé
- L'animation d'une séance, d'un cycle de séances, au service d'un projet pédagogique
- Situations d'apprentissages techniques
- Approche fonctionnelle et physiologique de la marche nordique
- Les bienfaits, communication, argumentation
- Perfectionnement de la technique personnelle
- Sécurité et cadre juridique pour une animation de marche nordique
- Matériel adapté : bâtons (taille, composition,...), vêtements, accessoires,...
- Développement durable

- SUPPORT REMIS AUX STAGIAIRES

- Documentation sur la technique en marche nordique et ses bienfaits

FILIERE ADULTE EXTERIEUR

Marche Nordique Sport Santé

POINTS FORTS

- Une formation pour cibler un nouveau public qui souhaite pratiquer en dehors de la salle
- Un concept dans l'air du temps porteur de développement

ENCADREMENT

Josselyn Mourot CTR COREG EPGV Grand Est (Colmar)

VALIDATION DE LA FORMATION

Participation intégrale à la formation avec certification fédérale

DEROULEMENT

- Durée : 28 heures (4 jours sur 2 modules)
- Module 1 : 23 au 25 avril 2018
- Module 2 : 2 juin 2018
- Lieu : Colmar

COÛTS

- 17€/h en centre de formation soit 476€, et 15 euros de frais de dossier
- Frais annexes (restauration, hébergement, déplacements) non compris.

Financement possible auprès de votre OPCA, renseignez-vous auprès du secrétariat.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

COREG EPGV Grand Est

Maison Régionale des Sports - 13 rue Jean Moulin
– 54510 TOMBLAINE

Tel : 03 83 18 87 27

E-mail : formation@epgv-grandest.fr

Site internet : www.epgv-grandest.fr

Date limite d'inscription : **2 semaines** avant le début de la session de formation

Nombre de places : 25 maximum

