

# Formation Continue

## BOXING ENERGY



**Coordination, cardio-respiratoire, gestion du tonus musculaire avec des mouvements pied-poing.**

### **PUBLIC**

- Titulaire du diplôme animateur 1<sup>er</sup> 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 à la FFEPGV
- Certificat médical
- Formation PSC1
- Avoir validé le module Basic Tendance

## **OBJECTIFS**

- ✓ Intégrer les principes fondamentaux de l'activité Boxing Energy
- ✓ S'approprier l'outil de formation (manuel d'activités Gym Tendance Boxing Energy)
- ✓ Contribuer à affirmer et garantir le concept identitaire fédéral

### **CONTENUS DE LA FORMATION**

- Comprendre la logique interne de l'activité Boxing Energy
- S'approprier le répertoire de mouvements pieds/poings de cette activité
- S'approprier la logique de combinaison des mouvements et les démarches pédagogiques d'apprentissage
- Renforcer ses compétences sur l'utilisation de la musique avec différents BPM
- Créer des chorégraphies
- Exercer sa créativité
- Apprendre à construire une séquence ou une séance Boxing Energy

**Un manuel pédagogique et un DVD vous seront remis à l'issue de la formation.**



# Formation Continue

## BOXING ENERGY

### POINTS FORTS

- Alternance de temps de formation théoriques et pratiques
- Appropriation d'outils pédagogiques (DVD et manuel)
- Création de séquences chorégraphiques (combinaisons et mouvements)

### ENCADREMENT

Wendy Thierry, Formateur expert, Championne de France de savate  
Intissar Werlé, Directrice de Formation COREG EPGV Grand Est

### VALIDATION DE LA FORMATION

Participation intégrale à la formation avec certification fédérale Boxing Energy.

### DÉROULEMENT

- Durée : 14 heures
- Dates : 25 et 26 octobre 2018
- Lieu : Tomblaine (54)

### COÛT DE LA FORMATION

- 17€/h en centre de formation soit 238€, et 15€ de frais de dossier
- Frais annexes (restauration, hébergement, déplacements) non compris

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

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

COREG EPGV Grand-Est – MRS – 13 rue Jean Moulin CS70001 – 54510 TOMBLAINE

☎ 03 83 18 87 27 / ✉ [formation@epgv-grandest.fr](mailto:formation@epgv-grandest.fr)

Date de limite d'inscription : 5 octobre 2018

Nombre de places maximum par session de formation : 25

Retrouvez l'ensemble de notre offre de formations sur notre site : [epgv-grandest.fr](http://epgv-grandest.fr)

