

Formation Continue Régionale

HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING (HIIT)



Durée :
7 heures en centre



Dates de formation :
01/02/2020



Lieu de la formation :
Saint-Zacharie (83)



Effectifs max :
25 stagiaires



Date limite d'inscription :
24/01/2020



Tarifs et Financement :

Frais d'inscription	gratuit
Supports pédagogiques	OUI
Frais Pédagogiques	5,00 € / heure
Aide COREG à la Formation	OUI
Aide CODEP à la Formation	NON
Hébergement - Restauration	NON

Pour qui :

- titulaire du diplôme fédéral Animateur 1^{er} degré Adultes ou Seniors en Salle
- titulaire du CQP ALS option AGEE
- titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champs sportif (BP, STAPS)

Pré-Requis :

- être licencié à la FFEPGV
- être titulaire du module Culture Fédérale (module en e-learning)

Objectifs de la formation :

- découverte du HIIT
- rappel physiologique ou bio-énergétique
- connaître les différentes méthodes de l'activité
- construire une séance de HIIT

Contenus :

- apports théoriques sur les principes de la méthode HIIT
- connaissance et pratique des différentes méthodes de HIIT
- exercices fonctionnels de base et adaptations
- support pédagogique du contenu de la formation

Encadrement :

- Sandie MEYER, éducatrice sportive experte de l'activité

Comment s'inscrire à la formation :

- Télécharger la fiche d'inscription spécifique à la formation et la retourner dûment complétée, accompagnée des documents demandés, par courrier au Comité Régional .

Seuls les dossiers complets seront acceptés. Ils seront enregistrés par ordre d'arrivée en fonction du nombre limite de places.

RENSEIGNEMENTS RELATIFS AU CANDIDAT

Intitulé de la formation : **FORMATION CONTINUE HIIT**.....
Date de la formation : **01/02/2020 - SAINT-ZACHARIE (83)**.....
Nom du candidat :
Nom de naissance :
Prénom :
Adresse :
Code Postal : Ville :
Date de naissance : Lieu de naissance :
Portable : Email :
Association :

Financement de la formation

Financement personnel

Financement de la structure

Association :
Adresse :
Code Postal : Ville :
Nom et Prénom du Président :
Téléphone : Email :

Coût : 35,00 €

Pièces administratives à joindre avec la fiche d'inscription

- copie du diplôme professionnel permettant d'accéder à la formation (Brevet Fédéral, CQP ALS, BP JEPS, STAPS...)
- copie de la licence FFEPGV 2019-2020
- chèque correspondant aux frais pédagogiques

Signature de l'employeur
si prise en charge

Signature du candidat

Le demandeur déclare avoir pris connaissance des conditions générales de vente des prestations de formation énoncées sur notre site Internet : coregepgvpaca.fr
Les informations recueillies dans cette fiche d'inscription feront l'objet d'un traitement informatisé exclusivement réservé au Comité Régional EPGV PACA sauf avis contraire de votre part.



Date limite d'inscription :
24/01/2020



Dossier à retourner :

COREG EPGV PACA - Europarc Sainte-Victoire - Bât 10 - 13590 MEYREUIL