



Filière salle et extérieur

CROSS TRAINING SPORT SANTÉ



Durée :
16 heures en centre



dates :
21 et 22/05/2021



Lieu de la formation :
CREPS de Boulouris -
Saint-Raphaël (83)



Effectifs max :
20 stagiaires



**Date limite
d'inscription :**
07/05/2021



**Tarifs et
Financement :**

Frais d'inscription	20,00 €
Supports Pédagogiques	36,00 €
Frais Pédagogiques	30,00 € / heure
Aide COREG à la Formation	23,00 € / heure à déduire *
Aide CODEP à la Formation	NON
Réservations Groupées	OUI

* si pas de prise en charge par l'OPCO AFDAS

Pour qui :

- titulaire du diplôme fédéral Animateur 1^{er} degré Adultes ou Seniors en Salle
- titulaire du CQP ALS option AGEE
- titulaire du CQP Instructeur FITNESS mention cours collectifs
- 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 PSC 1 (Premiers Secours Civiques de niveau 1)
- être titulaire du Module Culture Fédérale (module en e-learning)
- être à jour de sa carte professionnelle d'Eduteur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS)
> <https://eaps.sports.gouv.fr>

Accessibilité :

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

Objectifs de la formation :

- s'approprier les caractéristiques de l'activité et les connaissances théoriques et pédagogiques qui y sont rattachées
- concevoir des séances et/ou un programme de Cross Training Sport Santé répondant à des intentions éducatives variées
- maîtriser les connexes sur la séance de Gymnastique Volontaire (tabata, musiques, etc.)
- permettre une pratique physique dans une perspective Sport-Santé

Contenus :

- les courbes de séance
- les exercices isolés (aux élastiques, TRX, cordes, fit tball, foam roller, kettlebell...)
- les blocs (ensembles exercices)
- les formes de travail et les formes de groupe
- le lien et le savoir-être avec le pratiquant
- les corrections posturales
- les indicateurs d'évaluation sur la séance et le projet du pratiquant
- le lien avec la pratique dans d'autres activités sportives (sport-collectif, danse, trail, randonnée...)
- construire une planification de séances

Moyens techniques et pédagogiques :

- 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

Outils de formation :

- vidéos pédagogiques (share point CTSS)
- fiches de situation sangle en latex (disponibles auprès de GEVEDIT)

Directeur de Formation, formateurs et/ou intervenants :

- Directeur de formation : Friedel FABRE
- Intervenant expert : Denis TROVATO





Durée :
16 heures en centre



dates :
21 et 22/05/2021



Lieu de la formation :
CREPS de Boulouris -
Saint-Raphaël (83)



Effectifs max :
20 stagiaires



**Date limite
d'inscription :**
07/05/2021



**Tarifs et
Financement :**

Frais d'inscription	20,00 €
Supports Pédagogiques	36,00 €
Frais Pédagogiques	30,00 € / heure
Aide COREG à la Formation	23,00 € / heure à déduire *
Aide CODEP à la Formation	NON
Réservations Groupées	OUI

* si pas de prise en charge par l'OPCO AFDAS



**Restauration
et hébergement :**

Externe	NON
Demi-Pension (déjeuner midi)	OUI
Hébergement	NON



**Taux de réussite
et de satisfaction :**

N.C ⁽¹⁾	N.C ⁽¹⁾
--------------------	--------------------

⁽¹⁾ statistiques de la dernière promotion

Modalités de validation :

- feuilles de présence
- émargements
- formulaires d'évaluation de la formation
- évaluation formative : questionnaires, mises en situation pratique, animation de séquences

Modalités de certification :

- pour y accéder :
 - avoir suivi intégralement la formation
- formation non-certifiante

Diplôme remis :

- attestation fédérale "Cross Training Sport Santé"

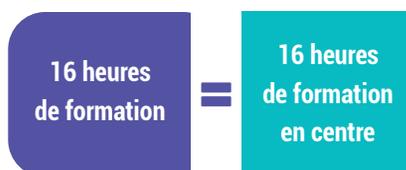
Points forts :

- proposer une activité physique extérieure pour développer votre projet professionnel
- module de formation comprenant des ateliers interactifs – théoriques et pratiques

Pour aller plus loin :

- nous vous conseillons de suivre, après cette formation, les formations fédérales : Courir Sport Santé®, Marche Active Sport Santé®, Marche Active Sport Santé®

Déroulé de la formation :



Comment s'inscrire à la formation :

- **Positionnement :**
En allant sur le site Internet du Comité Régional EPGV PACA : www.coreegvpaca.fr

Dans la rubrique FORMATION :
choisir la formation qui m'intéresse et s'inscrire au positionnement téléphonique avec un formateur en cliquant sur :

CETTE FORMATION M'INTÉRESSE ! JE SOUHAITE M'INSCRIRE

- **Après le positionnement :**
Vous recevrez votre dossier d'inscription par Email contenant le devis de formation, le contrat ou la convention de formation, le plan individuel de formation ainsi que la fiche d'inscription.

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

- **Pour les personnes avec prise en charge AFDAS :**
Le dossier d'inscription devra être remis aux dirigeants de l'association pour saisir la demande d'aide financière

En cas de difficultés pour la saisie de prise en charge professionnelle sur votre espace AFDAS, votre Comité Départemental EPGV est à votre service pour vous aider dans votre démarche.

CONTACTEZ-NOUS

COREG EPGV PACA
Quartier Belle Aureille
Micropolis - Bât Isatis
05000 GAP

06.83.20.94.17

formationpaca@comite.epgv.fr

[@coreegvpaca.fr](http://coreegvpaca.fr)

