



## Filière en extérieur

# MARCHE NORDIQUE SPORT SANTÉ



**Durée :**  
28 heures en centre



**dates :**  
du 03 au 05/05/2021  
et 02/10/2021



**Lieu de la formation :**  
Porquerolles (83)



**Effectifs max :**  
10 stagiaires



**Date limite  
d'inscription :**  
19/04/2021



**Tarifs et  
Financement :**

Frais d'inscription	20,00 €
Supports Pédagogiques	15,00 €
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<sup>er</sup> degré Adultes ou Seniors en Salle
- titulaire du CQP ALS option AGEÉ
- 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 Marche Nordique Sport Santé répondant à des intentions éducatives diverses
- maîtriser les recommandations de mise en sécurité liées à l'activité
- permettre une pratique physique efficiente pour la santé

### Contenus :

- présentation des formats de séances
- contenu des séances : test d'allure, technique, travail cardio (fractionné court, long, fartlek...), Préparation Physique Générale (PPG)
- élaboration de séances et ou de programmes d'entraînement à la Marche Nordique
- préparation à un challenge
- perfectionnement de la technique de marche nordique et situations d'apprentissage
- information sur la sécurité et le cadre juridique pour une animation de marche nordique

### 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 :

- manuel de formation

### Directeur de Formation, formateurs et/ou intervenants :

- Directeur de formation : à déterminer
- Formateurs : Anne-Line FERRAND, Arnaud MARCHAIS





**Durée :**  
28 heures en centre



**dates :**  
du 03 au 05/05/2021  
et 02/10/2021



**Lieu de la formation :**  
Porquerolles (83)



**Effectifs max :**  
10 stagiaires



**Date limite  
d'inscription :**  
19/04/2021



**Tarifs et  
Financement :**

Frais d'inscription	20,00 €
Supports Pédagogiques	15,00 €
Frais Pédagogiques	30,00 € / heure
Aide COREG à la Formation	23,00 € / heure à déduire *
Aide CODEP à la Formation	NON
Réservations Groupées	NON

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



**Restauration  
et hébergement :**

Externe	NON
Demi-Pension (déjeuner midi)	pris en charge par le COREG *
Hébergement	pris en charge par le COREG *

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



**Taux de réussite  
et de satisfaction :**

N.C <sup>(1)</sup>	N.C <sup>(1)</sup>
--------------------	--------------------

<sup>(1)</sup> 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 animé un minimum 1 cycle de 4 semaines (4 séances encadrées et 4 en autonomie)
  - réaliser un compte rendu d'activité
- épreuves d'évaluation :
  - présentation d'une étude de cas / Analyse de situations professionnelles (évaluation 20 min: 12 min de présentation et 8 min de question)
  - épreuve d'animation d'une séquence tirée au sort
  - épreuve de connaissance sous forme de Quiz de 20 questions en 20 minutes

### Diplôme remis :

- certificat fédéral "Marche Active Sport Santé"

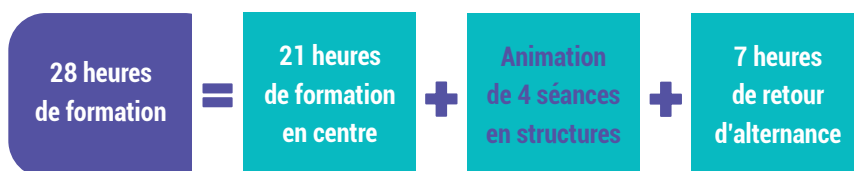
### Points forts :

- participer à un concept innovant
- comprendre les processus de planification des progression liées à la course à pied pour un niveau débutant à intermédiaire
- apprendre à accompagner les pratiquants dans un projet personnel de progression
- démarche transversale et transférable à l'activités de Marche Active Sport Santé

### Pour aller plus loin :

- nous vous conseillons de suivre, après cette formation, les formations fédérales : Courir Sport Santé®, Marche Active Sport Santé®, Cross Training 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.coregepgvpaca.fr](http://www.coregepgvpaca.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](mailto:formationpaca@comite-epgv.fr)

[coregepgvpaca.fr](http://coregepgvpaca.fr)

