

# MARCHE NORDIQUE SPORT SANTÉ®



Taux de réussite






Pas de session précédemment



Appréciation des participants

Pas de session précédemment

La formation Marche Nordique Sport-Santé® permet de développer les compétences pour animer en sécurité des séances ou des programmes dans une perspective Sport-Santé. Idéal pour enrichir les animations EPGV à l'extérieur avec une activité dans l'air du temps !

				
<b>Dates</b>	<b>Lieu de formation</b>	<b>Durée</b>	<b>Effectif maximum</b>	<b>Inscription avant</b>
Du 28 au 30/10/24 Vendredi 04/04/25	CREPS BOULOURIS (83)	28h00	20 stagiaires	27/09/24



## Public

- Titulaire du diplôme « animateur 1er degré Adultes 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 champ sportif (BP, STAPS, etc.) permettant l'encadrement de cette activité.



## Pré-requis

- Être licencié à la FFEPGV saison 2024-2025.
- Être titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1).
- Être titulaire de la formation « Culture fédérale ».
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS).
- Maîtrise technique de l'activité.



## Accessibilité

Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à cette formation. Faites-le nous savoir : nous mettrons tout en oeuvre pour trouver une solution adaptée.



## Moyens techniques et pédagogiques

- Alternance d'apport de connaissances et de mise en pratique sur le terrain.
- Formation centrée sur l'appropriation de techniques en lien avec les compétences d'animateur.



## 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 de la formation

- 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 Active.



## Outils de formation

- Manuel de formation.

## Formateurs et/ou Intervenants

- Directeur de Formation FFEPGV
- Formateur FFEPGV inscrit sur la liste nationale des
- habilités « Marche Nordique Sport-Santé »
- Intervenant expert de la Marche nordique.

## Modalités de validation

- Feuilles de présence
- Fiche d'émargement
- Formulaire d'évaluation de la formation
- Évaluation formative :
  - › Quiz / Questionnaires
  - › Mises en situation pratique
  - › Animation de séquences
  - › Études de cas.

## 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 questions)
  - › Épreuve d'animation d'une séquence tirée au sort
  - › Épreuve de connaissances sous forme de Quiz de 20 questions en 20 minutes.
  - › Vérification pratique de la technique de marche.

## FRAIS DE FORMATION

- Frais d'inscription : 30€
- Supports pédagogiques : 15€
- Frais pédagogiques : 1 120€
- Frais de transport non pris en charge par le COREG EPGV PACA.
- Frais annexes (hébergement, restauration) non pris en charge par le COREG EPGV PACA.

## Comment s'inscrire à cette 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 directement en ligne.

 Je m'inscris

- **Besoin de plus d'informations :** vous souhaitez obtenir plus d'informations, posez nous vos questions ou prenez un rendez-vous téléphonique avec un formateur, 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 cliquez sur :

 Besoin d'infos

- **Après votre inscription en ligne :** 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 sera adressé par Email aux dirigeants de l'association (copie au stagiaire) pour saisir la demande d'aide financière en ligne. En cas de difficultés pour la saisie de prise en charge professionnelle sur votre espace AFDAS, votre Comité régional EPGV PACA est à votre service pour vous aider dans votre démarche.

## Durée et déroulé de la formation

- Formation en centre à Boulouris : **21h.**
- Mise en Situation Professionnelle en structure : Encadrement d'au moins 4 séances encadrées et 4 en autonomie.
- Retour et certification en centre au CREPS de Boulouris : 7h.

## Diplôme remis

- Certificat fédéral « Marche nordique Sport-Santé ».

## Bénéfices métiers

- Ajouter une pratique innovante à ses propositions d'animation (cycle de séances ou programmes).

## Points forts

- Participer à un concept innovant
- Comprendre les processus de planification des progressions liés à la marche nordique pour un niveau débutant à intermédiaire.

## Pour aller plus loin

Suite à cette formation, nous vous conseillons de suivre les formations :

- Marche Active Sport-Santé®
- Cross Training Sport-Santé®

## FINANCER SA FORMATION

Financement possible auprès de votre OPCO. Si refus de financement (sur justificatif), possibilité de bénéficier d'aides du COREG pour les animateurs travaillant dans un club EPGV de la région PACA.



### Renseignements et Inscriptions

**COREG EPGV PACA**

04.42.95.02.11

[paca@comite-epgv.fr](mailto:paca@comite-epgv.fr)

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

Adresse postale :

8 rue du Grand Logis

13770 VENELLES