



CYCLE PERFECTIONNEMENT ET SPÉCIALISATION

Filière en extérieur



MARCHE NORDIQUE Sport Santé®

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 !

Saison 2025-2026



PUBLIC

- Titulaire du diplôme « 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 champ sportif (BP, STAPS, etc.).



PRÉREQUIS

- Être licencié à la FFEPGV
- 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.



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



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.

EQUIPE D'ENCADREMENT

- Directeur de Formation FFEPGV
- Formateurs FFEPGV habilités « Marche Nordique Sport Santé »
- Intervenant expert de la Marche nordique.



MODALITÉS DE VALIDATION

- Feuilles de présence
- Fiche d'émargement
- Formulaires 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.



DIPLÔME REMIS

- Certificat fédéral « Marche Nordique Sport Santé ».



BÉNÉFICES MÉTIER

- 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 course à pied pour un niveau débutant à intermédiaire.



RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

> Renseignements et inscriptions
05 96 61 48 19 / 06 96 86 22 32
comitegymvolontaire-972@orange.fr



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



DATES, DURÉE, LIEU ET DÉROULÉ DE LA FORMATION

- Formation en centre : **21 h à l'IMS** (sous réserve de confirmation)
Dates : du 19 au 21 mai 2026
- Mise en situation professionnelle en structure : Encadrement d'au moins 4 séances encadrées et 4 en autonomie
- Retour et certification en centre : **7h**



POUR ALLER PLUS LOIN

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

- **Cross Training Sport Santé**
- **Acti'March'®**

COÛT DE LA FORMATION

Tarif financeur

Frais de dossier : 30 €

Coût pédagogique (28h) : 1 120€

Renseignez-vous auprès de votre OPCO pour une prise en charge totale.

Tarif autofinancement

Demandez votre devis auprès du service formation

