

Filière : CONTINUE**Formation :** Formation Continue Animateur (Body Zen)

La Fédération propose aux animateurs sportifs certifiés une offre de formation diversifiée pour renforcer ou développer leurs compétences techniques et pédagogiques et améliorer leurs séances d'animation. Le Comité EPGV 974 a pour mission de coordonner la mise en œuvre du Programme de Formation Professionnelle Continue à l'attention des animateurs.

Taux de réussite : 100%**Taux de satisfaction :** 100% – 7 avis/7**Modalités de la formation :** présentiel

Public

- Titulaire du diplôme "Animateur 1er degré Adultes ou Seniors en salle".
- Titulaire du CQP ALS Option AGEE.
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BPJEPS, LICENCE STAPS, etc.).

Prérequis

- Être licencié à la FFEPGV.
- Être titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1).
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Educateur Sportif (fournir une impression datée du site <https://declaration-educateur.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

- Connaître les caractéristiques de l'activité Body Zen.
- Connaître et démontrer les postures de l'activité Body Zen.
- Concevoir et animer une séquence de body zen.
- Assurer la sécurité des pratiquants.

Contenus de la formation

- S'approprier le répertoire de mouvements des 6 activités du Body Zen.
- Apprendre chaque mouvement des 6 activités du Body Zen.
- Maîtriser techniquement chaque mouvement des 6 activités du body Zen
- Savoir évaluer le niveau du groupe
- Savoir choisir une musique adaptée à l'activité body - zen
- Savoir combiner les différents mouvements
- Maîtriser les caractéristiques des mouvements Savoir enseigner chaque mouvement
- Savoir simplifier ou complexifier la réalisation d'un mouvement

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.

Filière : CONTINUE

Formation : Formation Continue Animateur (Body Zen)

Outils de Formation

- Manuel de formation.
- DVD explicatif pas à pas des différentes techniques.

Directeur de formation, Formateurs et/ou Intervenants

- Directrice de Formation : Jacqueline BEAUMARCHAIS.

Modalité de validation

- Fiche d'émargement.
- Formulaire d'évaluation de la formation.

Modalités de certification

- Feuilles de présence.
- Fiche d'émargements.
- Formulaire d'évaluation de la formation.
- Evaluation formative : Mises en situation de pratique et animation de séquences.

Diplôme remis

Attestation de formation.

Points forts

- Une formation modulaire complémentaire afin d'enrichir ses compétences d'animateur.
- Un contenu innovant pour répondre aux demandes des pratiquants.
- Des outils clés en main.

Pour aller plus loin

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

- Programme EPGV Diabète-Surpoids.
- Gym Après Cancer.

Durée et déroulé de la formation

14h de formation :

8h30 accueil / 9h début de la formation / 16h30 bilan de la formation / 17h fin de la formation.

Date(s), lieu(x) et volume horaire

Samedi 14 et dimanche 15 MARS 2026 (14h) au CREPS de St-Paul (47 Bd du Front de mer).

Nombre de participants

10 participants minimum et 20 participants maximum.

Date limite d'inscription

20 février 2026.





Filière : CONTINUE

Formation : Formation Continue Animateur (Body Zen)

Frais de formation

110 € tout compris : frais pédagogique + restauration + manuel de formation + DVD compris. Pas d'hébergement de prévu.

Renseignements et inscription

Comité EPGV 974

Maison Régionale des Sports

1 rue Philibert Tsiranana

97490 SAINTE-CLOTILDE

06.92.57.31.18 / sylvain.anceaume@comite-epgv.fr

Fiche d'inscription* (et autres pièces à fournir mentionnés sur la fiche d'inscription) à renvoyer avec le règlement par chèque à l'ordre du « Comité EPGV 974 » à l'adresse mentionnée ci-dessus.

* Fiche d'inscription disponible et téléchargeable sur notre site internet :

<https://www.sport-sante.fr/epgv-comite-departemental-la-reunion/formation/formations-continues-animateurs.html> ou via notre QR Code ou sur demande par mail.

