

FORMATION GYM'POSTURALE®

POUR QUI ?

- Titulaire du diplôme «Animateur 1^{er} 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-STAPS-etc.) permettant l'encadrement de cette activité

Volume horaire total : 14h
14h
en centre de formation

CENTRE DE FORMATION

Le Comité Régional d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire Centre-Val de Loire (COREG EPGV CVL) est un organisme de formation reconnu par l'Etat. Il s'appuie sur une Equipe Technique Régionale (ETR) composée des meilleurs formateurs dans leur domaine respectif. Tout en respectant votre projet de vie personnel :

- Nous vous guidons dans l'élaboration et la mise en oeuvre de votre projet
- Nous vous conseillons sur votre parcours de formation
- Nous vous accompagnons et vous suivons durant tout le processus de formation



La Fédération Française EPGV :
• 540 000 adhérents
• Plus de 6000 clubs affiliés dans toute la France
• Plus de 7000 animateurs sportifs à votre service

1^{ère} fédération nationale non compétitive !

Pour toute information et inscription,
N'hésitez pas à contacter le Référent Formation de votre département :

CHER (18) - Carole CHOCHF - 02 48 50 48 81 - cd18epgv@chersports.fr

EURE-ET-LOIR (28) - Marie-Odile PINSARD - 06 08 13 33 75 - marie-odile.pinsard@epgv.fr

INDRE (36) - Fabien REVEIL - 06 30 29 25 85 - fabien.reveil@epgv.fr

INDRE-ET-LOIRE (37) - Chloé ROY - 06 71 77 28 78 - chloe.roy@epgv.fr

LOIR-ET-CHER (41) - Claire SIMONNET - 06 17 79 94 72 - claire.simonnet@epgv.fr

LOIRET (45) - Sophie PUISSET - 06 36 83 55 09 - sophie.puisset@epgv.fr



FORMATION GYM'POSTURALE®



NIVEAU 1
8 & 9 FEVRIER 2020

NIVEAU 2
4 & 5 AVRIL 2020

NIVEAU 3
6 JUIN 2020

Toutes les infos sur www.sport-sante.fr/ffepgv/centre

FORMATION GYM'POSTURALE®

UNE OPPORTUNITÉ

- de **développer** vos compétences dans l'animation de techniques douces
- d'**élargir** votre offre d'animation
- d'**attirer** un nouveau public

LES OBJECTIFS DE FORMATION

- Acquérir des connaissances liées au domaine de la Biomécanique
- Acquérir des connaissances liées aux différents types de musculatures
- Concevoir et animer une activité physique adaptée pour des personnes en restructuration corporelle



CONTENUS

- Les aspects de la fonction d'équilibration
- Les différents aspects du tonus musculaire
- La justification du concept «Gym'Posturale®»
- L'élaboration d'un programme d'entraînement : élaborer/animer/analyser



NIVEAU 1

📅 Samedi 8 et
Dimanche 9 février
2020

🕒 14 heures en centre

📍 Châteaudun (28)

📄 Fiche programme disponible auprès du référent formation

NIVEAU 2

📅 Samedi 4 et
Dimanche 5 avril
2020

🕒 14 heures en centre

📍 Parçay Meslay (37)

NIVEAU 3

📅 Samedi 6 juin
2020

🕒 7 heures en centre

📍 Bourges (18)