

*Les pratiquants ont besoin de se dépenser, de brûler les graisses tout en travaillant la coordination. Le Step Energy est une activité chorégraphiée en musique associant le travail d'endurance et de coordination. La Formation Step Energy vous permettra d'enrichir vos séances EPGV avec cette activité à dominante Energy (énergétique).*

### 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...)

### 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)
- Être titulaire du module commun «Basic Tendance»
- Avoir des expériences dans un ou plusieurs domaines (techniques d'expression, techniques cardio, renforcement musculaire, techniques douces) et dans l'activité Step Energy<sup>®</sup>
- Avoir un intérêt à porter le projet « Tendance »

### 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

---

- Renforcer les compétences techniques de l'animateur dans Step Energy<sup>®</sup>
- S'approprier les fondamentaux et les techniques de l'activité Step Energy<sup>®</sup>
- S'approprier l'outil de formation (manuel et DVD)
- Concevoir des séquences de Step Energy dans la logique de l'activité

### Contenus de la formation

---

- Logique interne et technique de l'activité Step Energy<sup>®</sup>
- Répertoire de mouvements
- Combinaison de mouvements et démarches pédagogiques
- Composantes musicales et chorégraphiques
- Créativité et expression
- Exemple de combinaison de mouvements



### 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
- DVD explicatif pas à pas des différentes techniques

### Directeur de formation, Formateurs et/ou Intervenants

---

- Directeur de Formation FFEPGV
- Un Formateur FFEPGV inscrit sur la liste nationale des habilités «Tendance »
- Intervenants experts de la technique Tendance

### Modalité de validation

---

- Feuilles de présence
- Fiche d'émargement
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Evaluation formative :
  - Mises en situation pratique
  - Animation de séquences

### Modalités de certification

---

- Pour y accéder :
  - Avoir suivi intégralement la formation
- Formation non certifiante

### Diplôme remis

---

- Attestation fédérale Tendance "Step Energy®"

### Points forts

---

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

### Pour aller plus loin

---

Nous vous conseillons de suivre, après cette formation, une autre spécialisation Tendance

### Durée et déroulé de la formation

---

14H

Formation en centre : 14h



**Filière :** FILIÈRE EN  
SALLE

**Formation :** Tendance Step Energy

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

---

8 et 9 mai 2021

**Nombre de participants**

---

15 participants maximum

**Dates limites d'inscriptions**

---

24 avril 2021

**Frais de formation**

---

Frais d'inscription : 20 €

Frais pédagogiques : 518 €

Frais de transport : Pris en charge par le stagiaire

Frais annexes (hébergement, restauration) : Pris en charge par le stagiaire

**Renseignements et inscription**

---

Par téléphone : 03.20.88.27.30

Par mail : [hautsdefrance@comite-epgv.fr](mailto:hautsdefrance@comite-epgv.fr)

 [sport-sante.fr/hdf.html](http://sport-sante.fr/hdf.html)

**Comité Régional d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire Hauts-de-France**

519A Avenue de Dunkerque, 59160 LOMME (LILLE)

Tél. 03 20 88 27 30

SIRET : 411 355 332 000 31

APE/NAF : 8559B

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

