

Cette formation est à l'attention des animateurs sportifs souhaitant enrichir ses séances d'animations EPGV en salle à partir des activités ZEN.

Public

- Titulaire du diplôme « animateur 1er degré Adultes en salle »
- Titulaire du CQP ALS
- 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'Eduteur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS)

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

- S'approprier les caractéristiques de l'activité et les connaissances théoriques et pédagogiques qui y sont rattachées
- Enrichir les séances et Concevoir des séances variées
- Acquérir les bases techniques de quelques activités de l'univers Zen (Yoga, Qi Gong, Body Zen)
- Maitriser les recommandations de mise en sécurité liées à l'activité
- Permettre une pratique physique efficiente pour la santé

Contenus de la formation

- Vivre des situations d'apprentissages techniques,
- Vivre des situations de techniques douces
- Construire 1 séance variée en extérieur et/ou en salle,
- Savoir entretenir le matériel (utilisation, maintenance,...)

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

- Fiches pédagogiques



Directeur de formation, Formateurs et/ou Intervenants

- Philippe BARDOUL, Directeur de Formation FFEPGV
- Anne-Marie ROCTON, Formatrice, experte de l'univers Zen

Modalités de certification

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

Diplôme remis

- Attestation de formation " Sensibilisation Univers Zen »

Points forts

- Redynamiser les séances EPGV en mettant en œuvre des séquences Zen

Pour aller plus loin

Nous vous conseillons de suivre, après cette formation, une formation Filière Body Zen et/ou YOGA

Durée et déroulé de la formation

Formation en centre : 7h

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

02 mars 2021 à *Arthon en Retz* (44)
ou 03 mars 2021 à *Sablé/sarthe* (72)

Dates limites d'inscriptions

1 mois minimum avant la date de la formation

Frais de formation

Frais pédagogiques : *25€/heure soit 175 €*

Frais de transport : *à la charge du stagiaire ou de la structure employeur*

Frais annexes (hébergement, restauration) :

- ✓ *frais de restauration, d'hébergement à la charge du stagiaire ou de la structure employeur.*

Renseignements et inscription

Formulaire d'inscription en ligne sur la page **FORMATION** de notre site internet

www.sport-sante.fr/ffepgv/paysdelaloire

