

Cette formation est à l'attention des animateurs sportifs souhaitant enrichir ses séances d'animations à partir des activités FIT STICK BOXING ENERGY FIT GLISS

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 à jour de sa carte professionnelle d'Educateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS)

Positionnement

Un positionnement sera effectué via un questionnaire et un entretien téléphonique en amont de la formation afin d'identifier les besoins et les attentes des stagiaires. Les interventions seront ainsi ajustées afin de répondre aux besoins des apprenants.

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

- Découvrir les fondamentaux du FITSTICK, du BOXING ENERGY et du FIT GLISS pour comprendre leurs principes de base.
- S'initier aux techniques fondamentales afin de pouvoir les pratiquer en toute sécurité.
- Connaître les recommandations de mise en sécurité liées à l'activité
- Identifier les précautions essentielles pour une pratique sécuritaire et bénéfique pour la santé

Contenus de la formation

- Vivre des situations d'apprentissages techniques,
- Vivre des situations de FITSTICK, BOXING ENERGY et FIT GLISS

Moyens techniques et pédagogiques

- Mise en situation pédagogiques
- 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
- Formateurs/intervenants expert



Modalité de validation

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

Points forts

- Varier et Redynamiser les séances en mettant en œuvre des séquences ENERGY
- Découvrir ces deux activités en plein développement dans les clubs

Pour aller plus loin

Nous vous conseillons de suivre, après cette formation, une formation Filière BOXING ENERGY

Durée et déroulé de la formation

Formation en centre : 7h

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

29 NOVEMBRE 2025 – 9h 17h

SALLERTAINE (85)

Nombre de participants

20 stagiaires max

Date limite d'inscription

1 mois avant

Frais de formation

- Frais d'inscription : 0 €
- Frais pédagogiques et frais annexes :

FRAIS PEDAGOGIQUES :

- 0€ - pris en charge par le Comité Régional des Pays de la Loire

FRAIS ANNEXES

- Les frais annexes (repas et déplacement) sont à la charge du stagiaire

Renseignements et inscription

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

www.sport-sante.fr/ffepgv/paysdelaloire

- Renseignements :
COREG EPGV Pays de la Loire – tel 02 40 59 05 44 – formation.paysdelaloire@comite-epgv.fr
Philippe BARDOUL - 07 86 41 59 05 - philippe.bardoul@comite-epgv.fr



Comité Régional FFEPGV Pays de La Loire

Maison des Sports 44 rue Romain Rolland 44000 Nantes

SIRET : 33533967700031

Numéro d'Activité (NDA) : 52440330044

sport-sante.fr



Tél. 02 40 59 05 44

mail : formation.paysdelaloire@comite-epgv.fr