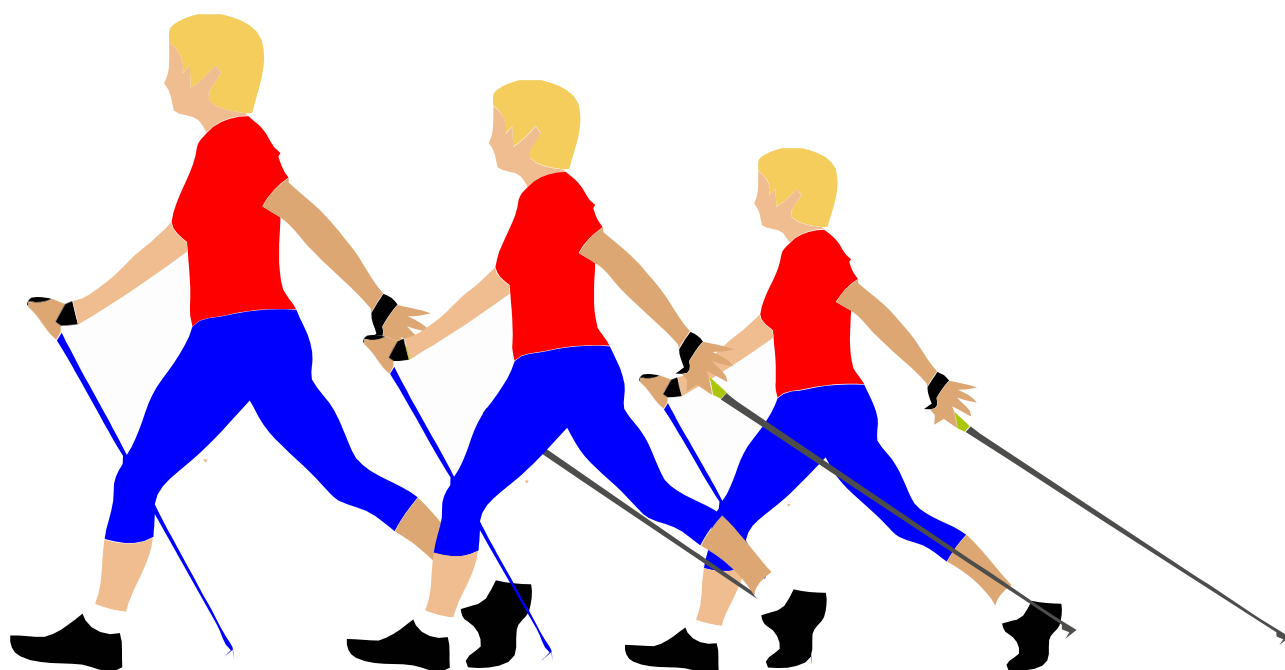


Stage Fédéral de Formation des Instructeurs Marche Nordique FSGT

Les adresses web de la Commission fédérales des activités athlétiques :

<https://cf2a.wordpress.com/>

<https://www.facebook.com/CFAA-1523776437750866/>



**SAMEDI 17 NOVEMBRE et
DIMANCHE 18 NOVEMBRE 2018**

Ferme des Réaux - Chemin des Réaux

03100 Montluçon



Depuis 5 saisons, à l'initiative des membres de la CF2A, la marche nordique a été intégrée à la Commission Fédérale des Activités Athlétiques. Près de 2000 licenciés FSGT pratiquent aujourd'hui cette activité dans 80 clubs répartis dans 25 comités (+ 12 % de licenciés pour la saison 2017/2018).

La formation des encadrants est une nécessité et une priorité de la commission fédérale, des clubs et des comités. En effet, le développement de la marche nordique nécessite des compétences particulières.

Les clubs, pour développer l'activité, n'hésitent pas à former plusieurs animateurs (il est conseillé d'avoir un animateur par tranche de 15 à 20 pratiquants).

Le club Amitié nature de Montluçon a accepté d'accueillir sur son territoire un stage fédéral pour former des Instructeurs marche nordique **le samedi 17 et le dimanche 18 novembre 2018...** une offre de formation pour favoriser le développement de l'activité MARCHE NORDIQUE localement dans la région, mais pas seulement.

Cette formation est partie intégrante du **Brevet Fédéral Activités Athlétiques, option marche nordique**.

- **formation est proposée**

- **Un stage de formation d'instructeur marche nordique de 2ème niveau**

- Il s'adresse en priorité à des adhérents qui pratiquent la marche nordique depuis plusieurs années et qui se sont déjà engagés dans l'animation.

- **Conditions d'inscriptions → inscriptions avant le 29 octobre 2018**

- Nombre limité à 22 stagiaires : inscription par ordre d'arrivée : 22 places pour le BF2 instructeur

- Nombre de places réservées aux adhérents du Comité 03 : 10

- Obligation d'être licencié-e- à la FSGT,

- Adhérents souhaitant consolider leur formation technique et pédagogique

- Adhérents souhaitant valider leur BF1 Animateur.

- **Procédures d'inscription → 2 procédures à faire impérativement**

- Inscription en ligne** sur le site de la CF2A www.cf2a.wordpress.com permettant d'avoir une situation en temps réel des inscriptions pour tous les acteurs de l'organisation du stage.
- Inscription "version papier"** (cf feuille jointe dans la plaquette) permettant la confirmation de l'inscription et du règlement de la participation financière demandée.

- **Participation financière des stagiaires précisée sur la feuille d'inscription**

- **La formation pédagogique est gratuite** : elle est assurée par Jean-Pierre et Aline , formateurs fédéraux de la CF2A bénévoles.
 - **La restauration du vendredi soir n'est pas prévue** (gestion difficile en raison des arrivées échelonnées).
 - **4 possibilités de réservation** à préciser obligatoirement sur le formulaire d'inscription, l'ensemble des stagiaires s'engageant à être présents sur la totalité de la formation le samedi 17 novembre de 08h45 (accueil à partir de 08h30) à 18h30 et le dimanche 18 novembre de 08h30 (accueil à partir de 08h00) à 17h00

- **Stagiaires sans hébergement...**

- Option1 : Règlement de 55 € avec repas du samedi midi et du dimanche midi

- Option 2 : Règlement de 80 € avec repas du samedi midi, du samedi soir et du dimanche midi

Stagiaires avec hébergement le samedi soir...

Option 3 : Règlement de 110 € avec hébergement 1 nuitée + petit déjeuner + restauration du samedi midi, du samedi soir et du dimanche midi

Stagiaires avec hébergement vendredi soir et samedi soir...

Option 4 : Règlement de 140 € avec hébergement 2 nuitées et petit déjeuner + repas du samedi midi, du samedi soir, du dimanche midi

• Hébergement - Restauration - Formation

L'hébergement, Hôtel Ibis chambre 2 lits

ou Gîte des Réaux chemin des Réaux 03100 Montluçon si disponible

L'hébergement se fait en dortoirs, lits séparés - wc - douches à l'étage.

Les draps sont fournis, apporter serviettes et savon et shampoing.

la restauration, Plateaux repas le samedi midi et le dimanche midi sur le lieu de formation
Repas restaurant le samedi soir.

la formation théorique se déroulent dans ,

Ferme des Réaux Chemin des Réaux 03100 Montluçon

• Financement des coûts engendrés par le stage

Il appartient à chaque stagiaire de solliciter une aide financière auprès de son club, de sa commission sportive départementale, de son comité départemental et/ou régional, etc.

• Équipement des stagiaires

Bâtons de marche nordique de grande qualité

Tenue de marcheurs adaptée aux conditions climatiques, vêtements de pluie

Papier, stylo, etc. pour prendre des notes.

► Correspondants

- Localement, l'accueil en gare SNCF de Montluçon , le transfert vers le lieu de stage et de séjour et le retour à la gare seront assurés par des participants locaux. Pour faciliter la gestion de ces déplacements, merci de remplir précisément le formulaire d'inscription. En cas de problème, merci de contacter :
-
- Club Amitié Nature Gilles Aufauvre 2 rue Guy Mocquet 03630 Désertines
04 70 28 20 92 / 06 15 66 89 08
gilles.aufauvre@orange.fr
- Formateur Jean-Pierre LEROY les Chatelliers 72210 LOUPLANDE
02 43 86 91 29 / 06 08 22 26 23
Jeanpierre_leroy@orange.fr
- Commission Fédérale des Activités Athlétiques :
Bernard MINGOT - 6 rue Marguerite de Navarre - 61000 ALENCON
02 33 32 23 41 / 06 75 50 16 97
bernard.mingot@laposte.net
- Fédération :
FSGT Secrétariat des Activités Athlétiques - 14 rue Scandicci - 93508 PANTIN CEDEX
01 49 42 23 64
athletisme@fsgt.org

► Quelques conseils pour les bâtons

Les bâtons conseillés pour la pratique de la marche nordique doivent avoir les caractéristiques suivantes : (Made in France de préférence 50 % de carbone minimum). Pointe carbure double ou pointe triangulaire.

Le gantelet doit être adapté à la taille de la main du pratiquant, il doit pouvoir être désolidarisé du bâton.

Pour la longueur des bâtons, les mains dans les gantelets, les avant-bras du pratiquant sont horizontaux.

Programme Groupe Brevet Fédéral 2 - Formateur fédéral : Jean-Pierre Leroy – Aline Grogiez

Samedi 17 novembre 2018

- 8 h 30 Accueil des participants
 8 h 45 Ouverture du stage : Gilles, Jean-Pierre et Aline,
 Tour de table
 Préparation d'une séance : initiation de nouveaux adhérents
 Quels outils pédagogiques pour assurer la formation des débutants,
 inventaires ? Utilisation de la vidéo sensibilisation
 Observations des pratiquants : quelles règles ?
 10 h 00 Pause café
 10 h 30 Sur le terrain : séance initiation MN pour un groupe de débutants. Les stagiaires ont les
 compétences pour être acteurs.
 12 h 00 Repas en commun
 13 h 30 Débriefing de la séance du matin, les points importants à observer
 Positionnement des animateurs
 Préparation de la séance de l'après-midi
Les difficultés naturelles : points fondamentaux Quelle démarche pédagogiques utiliser ?
 15 h 30 Echauffement, séances complètes (éducatif : préparation des interventions de l'après-midi,
 passage des dénivelés, renforcements musculaires, étirements)
 17 h 30 Debriefing
 18 h 00 Evolution de l'offre sportive, les questions qu'il faut se poser
 18 h 30 Fin de la séance



Dimanche 18 novembre 2018

- 8 h 15 Accueil des participants
 8 h 30 Animation : gestion de groupe, organisation d'une séance type, construire une séance,
 travail de groupe
 Préparation d'une progression pour préparer un groupe pour participer à une épreuve de relais
 (travail à partir d'une vidéo) : exemple relais de 6h00 en équipe de 2/4 ou 6 personnes)
 10 h 30 Mise en situation des stagiaires, exercices d'application, vitesse, cardio, etc.
 12 h 30 Repas
 13 h 45 Préparation de la séance
 14 H 15 Mise en situation des stagiaires avec évaluation sur des stagiaires
 en situation sur les passages d'obstacles naturels
 16 h 00 Retour en salle, débriefing
 Bilan de la formation.
 17 h 00 Fin du stage





Formulaire d'inscription et d'aide à la saisie en ligne

Stage fédéral FSGT 2018
Instructeur Marche Nordique
Du samedi 17 novembre à 8h30
au dimanche 18 novembre à 17h00

Adresse du lieu de formation
Ferme des Réaux Chemin des Réaux 03100 Montluçon

Attention **2 formalités** pour vous inscrire...

- inscription numérique sur le site de la CF2A : www.cf2a.wordpress.com
- inscription papier et envoi de la présente fiche accompagnée du règlement par chèque dans les délais fixés

Comité départemental FSGT:.....Club :

NOM – Prénom :

N° de licence FSGT.....Date de naissance.....

Adresse postale.....

Code postal.....VILLE.....

Téléphone portable.....Téléphone fixe.....

Mail.....

Qualification(s) obtenue(s) dans le domaine de l'animation sportive et formation technique en MN

.....

.....

Nature et durée des activités menées dans votre association dans l'activité MN:

.....

.....

Moyen de transport utilisé pour se rendre à Nevers (à la charge du stagiaire).

Véhicule personnel : oui non (1) Train oui non (1)

Jour et heure d'arrivée :

Option retenue :

Option 1 : Règlement de 55 € sans nuitée avec repas du samedi midi et du dimanche midi

Option 2 : Règlement de **80 €** sans nuitée avec repas du samedi midi, du samedi soir et du dimanche midi

Option 3 : Règlement de **110 €** avec nuitée samedi soir + petit déjeuner + restauration du samedi midi, du samedi soir et du dimanche midi

Option 4 : Règlement de **140 €** avec nuitées vendredi et samedi soir + petits déjeuners + repas du samedi midi, du samedi soir, du dimanche midi

Le stagiaire s'engage à participer à la totalité du stage, devra être équipé d'une paire de bâtons marche nordique, du matériel et de l'équipement pour séances théoriques et séances sur le terrain.

Signature du Président du club, date,

Signature du stagiaire, date,

Joindre le Mail d'accusé de réception d'inscription ou la présente fiche d'inscription dûment remplie au règlement des frais d'inscription au stage à retourner avant le 30 octobre 2018 à : FSGT Secrétariat des Activités Athlétiques - 14 rue Scandicci - 93508 PANTIN CEDEX

(1) cocher les cases utiles

Voir au verso →

A remplir par le stagiaire
Stage fédéral FSGT 2018 Marche Nordique
Du samedi 17 novembre à 8h30 au dimanche 18 novembre à 17h00

Ferme des Réaux Chemin des Réaux 03100 Montluçon

Conformément à la loi du 6 janvier 1978 modifiée, je soussigné(e) :

NOM - Prénom _____

autorise n'autorise pas (rayer la mention inutile)

expressément la FSGT à utiliser mon image dans le cadre des outils d'identification et de communication FSGT et dans des manifestations sportives FSGT et à des fins non commerciales.

Je déclare avoir pris connaissance et accepter en tous points les conditions portées sur l'ensemble du document de référence.

Fait à le2018

Signature