

FORMATION EDUCATEUR PAGAIE FIT®

*Fédération Française de Canoë Kayak et Sports de Pagaie,
Organisme de formation n° 119 405 161 94 déclaré à la DIRRECTE Ile de France*

Intitulé de la formation : Formation Educateur Pagaie Fit®

Nature de l'action : Action d'adaptation et de développement des compétences des salariés.

Public concerné : Cadres professionnels ou bénévoles, dirigeants.

Effectifs concernés : 20 stagiaires maximum.

Objectifs de la formation :

- Envisager une approche plus adaptée de la discipline grâce à des exercices mobilisant tous les grands groupes musculaires,
- Améliorer la santé par le maintien ou l'accroissement de la condition physique à travers la pratique physique.

Date et lieux :

Formation : du samedi 06 au dimanche 07 juillet 2019 soit un volume horaire de 14 heures.

Lieu d'hébergement et de formation : L'Argentière la Bessée (05)

Intervenants :

- Frédéric ROUALEN (Préparateur Physique)
- Amélie PALASZ (Responsable Pédagogique)

Modalités de sanction de la formation : Une attestation de fin de formation sera délivrée à l'issue de la formation.

Coût de la formation :

Tarif salarié :

Coût pédagogique : 40 €/heure*

Frais annexes (hébergement et restauration) :

**Aménagement possible du tarif si situation prouvée de non prise en charge par l'OPCO avant le début de la formation.*

Tarif bénévoles

Coût pédagogique : 15 €/ heure

Frais annexes :

Repas du midi – Prise en charge FFCK

L'hébergement et le repas du soir n'est pas compris dans la formation mais l'organisation peut proposer des pistes pour vous faciliter les choses.

PROGRAMME DE LA FORMATION

	Samedi 06 juillet 2019		Dimanche 07 juillet 2019
10h00 - 13h	10h30 : Accueil - Présentation de la Journée	9h - 13h	9h00 : Rappel sur les notions de bases <ul style="list-style-type: none"> • Anatomie • Physiologie de l'effort • Bienfaits/méfais de la pratique sportive
	11h00 : Présentation du programme Pagaie Fit <ul style="list-style-type: none"> • Le concept • Le public • Les embarcations • Les différents milieux • L'organisation d'une séance type 		10h30 : Groupes de travail <ul style="list-style-type: none"> • Rédaction de différentes séances
13h - 14h	REPAS	13h - 14h	REPAS
14h - 18h00	14h00 : l'Environnement dans la mise en œuvre du Pagaie Fit <ul style="list-style-type: none"> • Rappel préconisations de l'OMS • La posture du moniteur 	14h - 16h30	13h30 : Modélisation de la pratique : <ul style="list-style-type: none"> • Présentation d'un outil permettant de visualiser les évolutions/variations/progrès de chaque pratiquant. • Utilisation et maîtrise de l'outil • Echanges
	15h00 : Organisation de la séance <ul style="list-style-type: none"> • Les différents exercices 		16h00 : Bilan – Questions diverses
	18h : Tour de table		