FILIÈRE COMPLÉMENTAIRE

PACK ÉDUCATEUR OXYGÈNE

CROSS TRAINING SPORT SANTÉ
GYM OXYGÈNE
BUNGY PUMP

Fédération Française EPGV
COMITÉ RÉGIONAL ÎLE-DE-FRANCE

Descriptif de la formation :

Ce pack, qui s'effectue sur une saison, regroupe les trois formations : Gym Oxygène, Bungy Pump et Cross Training Sport Santé. L'objectif de ce cursus complet est de développer une expertise pointue dans «l'univers Oxygéne»

Grâce à cette formation proposez des activités outdoor à vos licenciés afin d'être «bien dans leur corps, «bien dans leur tête et bien dans leur environnement». La formation «éducateur Oxygène» est à destination de tous les animateurs qui souhaite renforcer leurs compétences et connaissances dans le domaine de l'animation de séance en extérieur grâce à une approche environnementale et durable de l'activité physique.

Volume Horaire :

30 heures de formation (4 jours)
- 30h en centre de formation

Calendrier :

En centre de formation :
du 18 au 21/04/2023

Lieu de formation :

US Métro - Antony (92) sous réserve de confirmation.

Effectifs max :

20 stagiaires

Modalités et délai d'accès :

04 avril 2024

Public :

- Toute personne souhaitant proposer ou développer une activité en extérieur.

- Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à l'une de nos formations. Faites-nous le savoir : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée.

Pré-requis :

- Être titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV ou plus, dans le champ sportif (BPJEPS, STAPS, CQP ALS option AGEE, JSJO ou CQP Instructeur FITNESS mention cours collectifs) ou être titulaire d'un diplôme «Animateur 1er degré Adultes ou Seniors en salle».
- Être licencié à la FFEPGV.
- Être à jour de sa carte professionnelle d'éducateur sportif (fournir une impression datée du site EAPS).

Test de positionnement :

Quizz de connaissances envoyé en amont de la formation

Objectifs :

- **S'approprier** les caractéristiques techniques de l'activité et les connaissances théoriques qui y sont rattachées.
- **Appliquer** les recommandations de mise en sécurité liées au milieu extérieur.
- **Élaborer** et proposer des réponses de multi-activités en extérieur.
- **S'approprier** l'encadrement pédagogique des différentes activités extérieur
- **Concevoir** des séances et/ou des cycles en extérieur répondant à différents objectifs de la condition physique.
- **Permettre** une pratique physique efficiente pour la santé.

Contenus pédagogiques :

- Utilisation du bâton et technique de la marche.
- Exercices de renforcement musculaire et cardio.
- Les exercices isolés (aux élastiques, TRX, cordes, fitball, foam roller, kettlebell, etc...)
- Les corrections posturales.
- Reconnaissance des lieux, choix des spots.
- Sécurité et cadre juridique pour une animation en extérieur.
- Argumentation sur les activités physiques extérieures avec une approche environnementale et durable.

Moyens techniques et pédagogiques :

- Supports pédagogiques.
- Pratiques physiques associées aux techniques
- Échanges et travail collaboratif.

Restauration et hébergement* :

Externe	OUI
Demi-pension (Déjeuner midi)	NON
Hébergement	NON

*À la charge du stagiaire

Taux de réussite et de satisfaction* :

100%	4,65/5

*Statistiques réalisées entre 2020 et 2023

Réalisez votre pré-inscription en ligne

Scanne moi

Équipe d'encadrement :

- Directeur de Formation FFEPGV.
- Intervenants expert métiers.

Modalités de validation :

- Feuilles de présence.
- Fiche d'émargement.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Évaluation formative :
  - Quiz / questionnaire de fin de formation.
  - Situations interactives (auto-évaluation).
  - Mises en situation pédagogiques (préparation et animation de séances et de séquences).

Modalités de certification :

- **Pour accéder à la certification** :
  - Avoir suivi l'ensemble du cursus de formation.
- **Diplôme remis** : Attestation de formation.

Points forts :

- Ajoute plusieurs pratiques innovantes à ses propositions d'animation en extérieur..
- Sécurité et cadre juridique pour encadrer une séance.

Pour aller plus loin :

Nous vous conseillons de suivre la formation Marche Nordique Sport Santé.

Déroulé de la formation :

- US Métro - 10 avenue Raymond Aron, 92160 Antony

En centre de formation (30h)
Du jeudi 18 au dimanche 21 avril 2024

Frais de la formation :

Tarif financeur	Tarif auto-financement
Frais de dossier : 20 € **Frais de la formation (30h) : 1 200€** Renseignez-vous auprès de votre OPCO pour une prise en charge totale.	**Demandez votre devis auprès du service formation**

Renseignements et inscription

09 52 48 56 26 - formation@coregepgv-sport.fr

NB : Seuls les dossiers complets seront pris en compte.