



FILIÈRE COMPLÉMENTAIRE

FORMATION FIT'BALL

► Descriptif de la formation :

Le Fit'Ball est une méthode d'entraînement variée, effectuée avec un gros ballon qui permet un travail fonctionnel avec des exercices jouant sur l'instabilité et sollicitant les muscles en profondeur. La formation Fit'Ball vous permet d'enrichir vos séances EPGV activité classé Work

► Public :

- Toute personne souhaitant diversifié ses cours adultes avec du matériel.
- 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 :

- Renforcer les compétences techniques de l'animateur sur l'activité Fitball.
- S'approprier les fondamentaux et les techniques de l'activité Fitball.
- S'approprier l'outil de formation (manuel et DVD).
- Concevoir des séquences de Fitball dans la logique de l'activité.

► Contenus pédagogiques :

- Logique interne et technique de l'activité Fitball.
- Répertoire de mouvements.
- Combinaison de mouvements et démarches pédagogiques
- Créativité et expression.
- Exemples de combinaisons de mouvements

► 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

➤ 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 / questionnaires 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 :

- Un contenu innovant pour répondre aux demandes des pratiquants.
- Des outils clefs en main.

➤ Pour aller plus loin :

Nous vous conseillons de suivre la formation Boxing Energy

➤ Déroulé de la formation :

- Gymnase Bouton 28 rue Emile Bouton - Villemoisson

**En centre de formation
(14h)**

Du lundi 7 au mardi
8 juillet 2025



Scanne moi

➤ Frais de la formation :

Tarif financeur

Frais de dossier : 20 €
Frais de la formation (14h) : 560 €

Renseignez-vous auprès de votre OPCO pour une prise en charge totale.

Tarif auto-financement

Demandez votre devis auprès du service formation

Renseignements et inscription

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

NB : Seuls les dossiers complets (en format PDF) seront pris en compte.