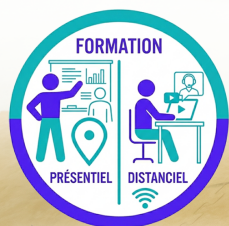


# STEP

## FONDAMENTAL



**VOLUME HORAIRE TOTAL :**  
**14 HEURES**

- 7h de formation en présentiel
- 2h de formation en distanciel
- 5h de classe virtuelle



### CALENDRIER DE LA FORMATION

- **Présentiel** : le 19/10/2026
- **Distanciel** : du 19/10/2026 au 16/03/2027
- **Classe Virtuelle** : du 24/11/2026 au 16/03/2027



**EFFECTIF :**  
**20 STAGIAIRES**



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.



### MODALITÉS ET DÉLAI D'ACCÈS

**Date limite d'inscriptions : le 05/10/2026**  
En fonction du nombre de places disponibles.



### LIEU DE LA FORMATION

**Comité Régional EPGV IDF**  
185 rue de St Maur - 75010 Paris

## DESCRIPF DE LA FORMATION

La formation Step fondamental vous permet de concevoir des séances dynamiques et motivantes, centrées sur l'endurance et la coordination. Activité chorégraphiée, rythmée et accessible, le Step sollicite le système cardio-respiratoire dans le respect des principes du Sport Santé, le tout dans une ambiance musicale entraînante.

## PUBLIC

Tout animateur souhaitant découvrir une nouvelle technique energy et diversifier le contenus de ses séances.

## 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 DE LA FORMATION

- Maîtriser **les fondamentaux techniques et pédagogiques du Step** afin de garantir sécurité, efficacité et dynamisme en séance.
- S'appropriier **des chorégraphies clés en main** et comprendre leur logique de construction pour les reproduire et les faire évoluer.
- **Structurer des séquences simples**, progressives et accessibles, dans le respect des principes de l'activité Step.

## CONTENUS PÉDAGOGIQUES

- Logique interne et technique de l'activité Step
- Répertoire de mouvements.
- Combinaison de mouvements et démarches pédagogiques.
- Créativité et expression.
- Exemple de combinaison de mouvements.

## MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- Supports pédagogiques.
- Pratiques physiques associées aux techniques.
- Échanges et travail collaboratif.
- Plateforme en ligne pour apprendre les chorégraphies

## L'ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE



**MARIE MALET**

Conseillère en  
Formation  
FFEPGV

## MODALITÉS DE VALIDATION

- Feuilles de présence.
- Fiche d'émargement.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Évaluation formative :
  - Quiz / questionnaires.
  - 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 fédérale.

## LE + DE CETTE FORMATION

- Des chorégraphies prêtes à l'emploi, immédiatement transférables en séance, pour gagner en efficacité et en confiance.
- Une formation hybride (présentiel et distanciel) permettant flexibilité, révision à son rythme et consolidation des apprentissages.
- Suivi de la progression avec des classes virtuelles
- Approche axée sur la prévention, la santé et le bien-être
- Un accès à la formation filière Step Intermédiaire

## CALENDRIER DE LA FORMATION

### Présentiel (7h)

Le lundi  
**19 octobre 2026**

### Distanciel (2h)

Du lundi **19 octobre 2026** au mardi  
**16 mars 2027**

### Classe virtuelle (5h30)

**CV 1** : le mardi **24 novembre 2026**  
(30 min)

**CV 2** : le mardi **15 décembre 2026**  
(30 min)

**CV 3** : le mardi **5 janvier 2027** (30 min)

**CV 4** : le mardi **2 février 2027** (30 min)

**CV 5** : le mardi  
**16 mars 2027** (3h)

## TARIF FINANCEUR

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

Renseignez-vous auprès de votre **OPCO/AFDAS** ou de votre **employeur** pour une prise en charge totale.

## TARIF AUTO-FINANCEMENT

**Frais de dossier** : 20 €  
**Frais de la formation** : 240,80€

**Renseignements et inscription**  
**01 42 05 37 76- formation@coregepgv-sport.fr**

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