

# FORMATIONS FÉDÉRALES FSCF

## BREVET D'ANIMATEUR FÉDÉRAL MARCHE NORDIQUE - AF1

DATE : 20 ET 21 AVRIL 2024

LIEU : LONGEVILLE-EN-BARROIS (55) *Possibilités de co-voiturage au départ du Bas-Rhin  
et de prise en charge à la gare SNCF de Bar-le-Duc*

TARIFS : 90 € LICENCIÉ-E FSCF 110 € NON LICENCIÉ-E FSCF

### Objectifs:

Amener le stagiaire à animer un groupe de marcheurs sur terrains simples et connus. Concevoir et animer des séances découvertes.



Retrouvez toutes les dates des prochaines formations sur notre site [www.fscf.asso.fr](http://www.fscf.asso.fr)

Révélér la passion qui vous anime.

Rejoignez-nous sur



Fédération  
Sportive  
et Culturelle  
de France

COMITÉ RÉGIONAL  
GRAND EST

**Renseignements :** COMITE REGIONAL FSCF DU GRAND EST

27 rue des Juifs - 67000 STRASBOURG

Mail : [cr.grandest@fscf.asso.fr](mailto:cr.grandest@fscf.asso.fr) Web : [grandest.fscf.asso.fr](http://grandest.fscf.asso.fr)

Tél : 03 88 21 29 82

## // Présentation

La **MARCHE NORDIQUE** est une activité de plein air qui tient ses origines des pays Scandinaves et notamment de la Finlande. Cette marche « rapide » sollicite l'ensemble des chaînes musculaires du corps et permet de soulager les articulations grâce à la propulsion donnée avec les bâtons.

Les effets bénéfiques, de la Marche Nordique, sur la santé sont nombreux tels que la prévention de l'ostéoporose, l'amélioration des systèmes cardio-vasculaire et ventilatoire, la tonification des chaînes musculaires.



## // Coursus de formation complet

Le **Brevet d'Animateur Fédéral** est un diplôme non professionnel reconnu par la Fédération Sportive et Culturelle de France.

Ce diplôme confère à son titulaire les compétences nécessaires à l'encadrement en autonomie d'une activité sportive et garantissant la sécurité des publics.

Les formations fédérales permettent notamment :

- D'acquérir les principes essentiels de l'animation auprès de différents publics, en tenant compte des spécificités de l'activité encadrée.
- De développer des aptitudes pour mobiliser des connaissances, utiliser les outils et les techniques nécessaires à l'animation de séances en toute sécurité.
- De faire appel à ses connaissances pour permettre la découverte et l'initiation, voire le perfectionnement de l'activité au sein de son association.
- De conduire et de développer son activité conformément au projet éducatif de la FSCF.

**Pour obtenir le Brevet d'Animateur Fédéral**, le cursus de formation comprend différentes étapes :

- La formation AF1 (2 jours)
- PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1) (1 jour)
- 50 heures minimum de pratique
- La formation d'Unité de Formation Fédérale (UFF) (e-learning)
- La formation AF2 (2 jours)



COUT DU CURSUS DE LA FORMATION :  
Environ 380 €

Nos partenaires :

