



FORMATION FÉDÉRALE ANIMATEUR FÉDÉRAL 1^{ER} NIVEAU

Formation se déroulant sur 2 week-end :



Du 19 au 21/10/2019 :

Hébergement/Restauration : Lycée Charles Péguy 3 rue de la Sèvre à Clisson

Pratique : Complexe de la Prée à Mouzillon

Les 16 & 17/11/2019

Hébergement : Hôtel Rezé

Pratique : Salle du Port au Blé à Rezé

Présentation

- L'AF1 est une formation destinée aux licenciés FSCF désirant s'investir auprès de leur club dans l'entraînement et l'encadrement de gymnastes.
- Avoir 14 ans au premier jour de la formation.
- La commission gymnastique féminine a mis en place une formation **AF1 séquencé** à destination principalement des adultes en activité.
 - Cette formation se déroulera obligatoirement sur 2 week-end : du 19 au 21 octobre 2019 et les 16 & 17 novembre 2019.

Conditions d'inscription

- Licence compétition valide pour l'année en cours pour tous les gymnastes.
- Toutes les licences seront contrôlées le premier jour du stage.

Objectifs de la formation

- Acquérir des notions techniques et pédagogiques sur l'apprentissage des éléments de gymnastique aux agrès,
- Appréhender la mise en place d'une séance d'entraînement,

- Apprendre à gérer un groupe de jeunes gymnastes,
- Mettre en place des ateliers adaptés, corriger et renforcer les éléments du 4^{ème} et du 5^{ème} degré imposé.

Contenu

- Pédagogie aux agrès, échauffements, danse, terminologie, notion d'anatomie et de psychologie.
- Notion de règlement et de jugement.

Inscriptions Stagiaires- documents utiles

- Inscriptions des stagiaires : <https://forms.gle/2F5bez8zt1DaQfd7>
- Une convocation vous sera envoyée 2 semaines avant le début de la formation.

CLOTURE DES INSCRIPTIONS LE 26 SEPTEMBRE 2019.

Frais d'engagement :

- **Stagiaire du CD44 FSCF :**
- **Stagiaire hors CD44 FSCF :**

LES TARIFS SONT EN COURS DE VALIDATION – ILS VOUS SERONT COMMUNIQUES POUR LE 15/09/2019



Une facture sera envoyée à la clôture des inscriptions. Elle sera à régler impérativement au minimum une semaine avant le début de la compétition.

Matériel et équipement

- Nécessaire pour la pratique de la gymnastique : Short, tee-shirt, corsaire, survêtement, maniques, rythmiques, nécessaire de toilette, justaucorps (obligatoire), chaussures de sport (obligatoire).
- De quoi noter, ciseaux, colle, feutre (pour les cours)
- Passeport formation (pour ceux qui en ont un)
- Apporter des images (Photos, revue ou magazines) de différentes sortes, qui vous représentent plus ou moins.
- Des CD ou ipod avec de la musique
- Enceinte Bluetooth (pour ceux qui en ont une).

IMPORTANT : Programme Fédéral 2020 (indispensable).