

ANIMATEUR FÉDÉRAL NIVEAU 1

GYM FORM' DETENTE

DATES : 20 ET 21 FEVRIER 2015

LIEU : COMPLEXE SPORTIF – SAINT SEBASTIEN SUR
LOIRE (44)

Objectifs :

- Comprendre, s'approprier et maîtriser le concept pour être capable d'animer ou de le transmettre pour devenir animateur et/ou formateur.
- Etre capable de concevoir et d'animer une séance GFD.



Retrouvez toutes les dates des prochaines formations sur notre site www.fscf.asso.fr

Révéler la passion qui vous anime.

Rejoignez-nous sur



/laFSCF



@LA_FSCF

Renseignements :

Ligue régionale FSCF Pays de la Loire

Maison des sports – 44 rue Romain Rolland

BP 90312 – 44103 Nantes Cedex 4

T 02 40 58 61 62 – lr.paysdelaloire@fscf.asso.fr

LA GYM FORM DETENTE

// Présentation

La GYM FORM'DETENTE est la gym d'entretien créée par la Fédération Sportive et Culturelle de France (FSCF) et dispensée dans ses associations. Tonique et rythmée, elle propose à chacun, exercices et postures adaptés à l'âge, aux aptitudes physiques et aux objectifs visés.

// Activité en chiffres

La ligue régionale FSCF Pays de la Loire compte 38 section d'associations Gym Form' Détente. 2 000 licenciés pratiquent cette activité dans la région.

LA FORMATION

// Publics concernés

Educateurs sportifs, animateurs de gym d'entretien, professeur de danse, animateur zumba, pilates, gym suédoise, licence STAPS, brevet d'animateur FSCF (GAF - GAM - GRS...).

// Prérequis

Expérience d'animation d'un cours collectif : cours de gym sportive masculine ou féminine, GRS, twirling, danse, techniques fitness ...

Pratiquant d'un cours de gym d'entretien pendant 2 ans minimum (GFD ou autre) ou ayant participé à une journée de formation GFD .

L'un des prérequis est à respecter au minimum.

// Hébergement

La formation est en demi-pension mais vous avez la possibilité de réserver une chambre (coût supplémentaire à la formation) en fonction des disponibilités du Centre Technique Régional. Contactez-nous rapidement si vous êtes intéressés.

DATES

Samedi 20 février et dimanche 21 février 2016

DUREE

14 heures de formation sur 2 jours

LIEU

Complexe sportif Joseph Rivet – Saint Sébastien sur Loire (44)

TARIFS

Licenciés FSCF ou gym suédoise : 130 euros - Non licenciés : 160 euros