

## FORMATION INITIATEUR MULTIRYTHMIE

SAMEDI 14 MARS 2025 / PARIS - SIEGE FEDERAL FSCF / DE 10H A 17H

---

Cette journée de formation est ouverte aux personnes ayant suivi la formation en e-learning « Découverte de la Multirythmie » en 2025 et 2026. Complétant ce parcours, cette formation en présentiel validera pour les participants la qualité d'« **Initiateur en multirythmie** », reconnaissant en eux la compétence de pouvoir faire connaître et découvrir la multirythmie à autrui.

### **PROGRAMME de la JOURNEE :**

10h/10h30 : Accueil

10h30/12h : Exercices pratiques relatifs aux différentes séquences (respiration, rythme et marche, rythme en cercle, rythme en ligne(s), projet multirythmique).

12h/12h30 : Intérêts de la multirythmie : pour un pratiquant d'une activité culturelle, d'une activité sportive, ou ne pratiquant aucune activité.

12h30/14h : Déjeuner

14h/14h15 : Exercice pratique : animation « flash » de multirythmie.

14h15/15h : Comment adapter la multirythmie à un public en situation de handicap (physique et/ou mental).

15h/15h45 : Comment intégrer la multirythmie dans une démarche plus globale (aide à la récréation du lien social, promotion de la santé, développement durable, développement de partenariats, recherche de nouvelles sources de subvention, etc.).

15h45/16h : Pause

16h/16h30 : Perspectives de développement de la multirythmie sur le territoire. Projet de création d'un réseau national.

16h30/16h50 : Bilan de la journée / Foire aux questions.

16h50/17h : Final de la journée par une deuxième animation « flash ».

---

Au fil de la journée, divers outils (fiches, liens vidéo, supports audios, etc.) seront communiqués et/ou distribués aux participants afin de les aider dans la promotion de la multirythmie.