



Fédération Française de Ski

www.ffs.fr - ski@ffs.fr

DESTINATAIRES :

Les Conseillers Techniques Sportifs toutes disciplines,
L'ENSA, le SNMSF, l'AFESA
Les Présidents des Comités Régionaux

Copie : MM Michel VION, Fabien SAGUEZ, Pierre BORNAT,
Jean-Marc VILLEMIN, les membres du Comité Directeur, les
Responsables Régionaux Formation des Cadres Bénévoles.

N.Réf : PR/NC/CQG/
Annecy, le 22 mars 2012

OBJET : STAGE ENTRAINEUR FEDERAL (MODULE THEORIQUE)

Mesdames, Messieurs,

La Commission Formation des Cadres de la FFS a le plaisir de vous informer de l'ouverture d'un module théorique de Formation de l'ENTRAINEUR FEDERAL TOUTES DISCIPLINES (diplôme bénévole).

Cette formation s'adresse aux licenciés FFS,

- . titulaires d'un monitorat fédéral 2^{ème} degré toutes disciplines
- . aux entraîneurs de clubs FFS titulaires du BEES 1^{er} degré ski alpin ou nordique
- . stagiaires BEES 1^{er} degré qui se destinent à l'entraînement
- . aux entraîneurs titulaires d'un BEES 2^{ème} degré dans le cadre d'une formation continue.

Nous vous rappelons que le diplôme d'Entraîneur Fédéral bénévole est validé à l'issue du suivi de quatre modules de formation :

- module neige : technique et pédagogie : organisé par chaque discipline (durée 5 jours)
- module théorique : technique, préparation physique et management (tronc commun toutes disciplines) (durée 5 jours)
- l'attestation de Traceur Régional (uniquement pour le ski alpin - durée 2 jours)
- le Brevet PSC 1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1)

Ce module théorique aura lieu :

DU LUNDI 18 JUIN A 10 H AU VENDREDI 22 JUIN 2012 A 13 H

Lieu : Centre National de Ski Nordique et de Moyenne Montagne
1848 ROUTE DES PESSETTES
39220 PREMANON



Fédération Française de Ski

www.ffs.fr - ski@ffs.fr

Coût de cette formation : 250 € en pension complète (frais pédagogiques inclus)

△ : Hébergement à Prémanon.

Inscriptions : les inscriptions sont à adresser à l'aide du bulletin ci-joint avant le **28 mai 2012** (par courrier, fax ou email) à l'attention de Christine Quilez Godard :

Christine@ffs.fr

tél : 04.50.51.98.78

Nous vous prions d'agréer, Mesdames, Messieurs, l'expression de nos cordiales salutations sportives.

Le Président
de la Commission Formation des Cadres

Paul RAYBAUD

Le Représentant de la DTN

Nicolas COULMY

PJ : programme + fiche d'inscription



Fédération Française de Ski

www.ffs.fr - ski@ffs.fr

**ENTRAINEUR FEDERAL
MODULE THEORIQUE
CONTENU PEDAGOGIQUE PREVISIONNEL
PREMANON – 18 AU 22 JUIN 2012**

- **Physiologie : application à l'entraînement**
- **Biomécanique**
- **Directives techniques Nationales par discipline (Alpin, nordique + snowboard ?)**
- **Tests de terrain**
- **Entraînement des capacités physiques**
- **Mise en place séances de préparation physique**
- **Musculation pour le jeune skieur, théorie et pratique**
- **Développement des habiletés mentales en ski théorie et pratique**
- **Information sur le dopage et conduites dopantes.**

FORMATION DES CADRES

**BULLETIN D'INSCRIPTION
STAGE ENTRAINEUR FEDERAL (MODULE THEORIQUE)
TRONC COMMUN TOUTES DISCIPLINES
DU 18 AU 22 JUIN 2012**

Nombre de places limitées à 20

A retourner avant 28 mai 2012 accompagner d'un chèque de 250 Euros à :
F.F.S. - FORMATION DES CADRES, à l'attention de Christine Quilez Godard -
50, rue des Marquisats - BP 2451, 74011 Annecy Cedex

Nom : Prénom :

Club : N° licence :

Adresse :

.....

Tél (port) : **E-mail** :

Nombre de licenciés : Nombre de cadres fédéraux :

Signature du Président du club et Tampon club :

Nom et signature du Responsable Régional :

S'inscrit au stage sous le statut suivant (cocher la case correspondante):

Bénévole (entraîneur fédéral, module théorique)

↳ *date d'obtention du module ski : (si déjà effectué)*

Professionnel (formation fédérale continuée)

↳ *envoyer une photocopie du livret de formation BEES 1^{er} degré*