

FORMATION COACH SKI FORME du 7 au 11 JUILLET 2018 – LES SAISIES

		Matin		repas	Après midi		repas
Samedi 7	9h	9h30-10h30	10h30-12h		13h30-17h30	17h30-19h	
Contenus	Accueil présentation programme	Démarche pédagogique	Physiologie de la prévention par le sport (Amy Nguyen)		Physiologie de la prévention par le sport (Amy Nguyen)	Situations pratiques (Marche Nordique)	
Dimanche 8	8h30-10h30	10h30-12h30			13h30-17h30	17h30-19h	
Contenus	Femme et sénior - Evaluation du bien etre (Joelle Joly)	Etirements et postures théorie et pratique (Amy Nguyen - Joelle Joly)			Acteur du sport santé - (Joelle Joly)	Situations pratiques (Vtt)	Situations pratiques (Test VMA) apéritif regions
Lundi 9	8h30-10h30	10h30-12h			13h30-17h30	17h30-19h	
Contenus	Situation Pratique (Natation) (Joelle)	Sédentarité et risques (Chrstian Sauvaget)			Addictions(Christian Sauvaget)	Situations pratiques (Ski Roue)	Situations pratiques (Test TLVMA)
Mardi 10	8h30-9h30	9h30-12h30			13h30-16h30	17h30-19h	
Contenus	Activités physiques et santé chez les enfants (Amy Nguyen)	Méthodologie de projet ski forme (Celine Sert-Marc)			Prevention du surpoids et Evaluation du bien etre (Joelle Joly-Amy Nguyen)	Libre	
Merc 11	8h30-10h30	10h30-12h30			13h30-14h30		
Contenus	Mise en place de séance (Amy Nguyen)	Plannification annuelle (Amy Nguyen)			Bilan	Fin de stage	