

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

		Matin		repas	Après midi		repas	
<b>Samedi 7</b>	<b>9h</b>	<b>9h30-10h30</b>	<b>10h30-12h</b>		<b>13h30-17h30</b>	<b>17h30-19h</b>		
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)		
<b>Dimanche 8</b>	<b>8h30-10h30</b>	<b>10h30-12h30</b>			<b>13h30-17h30</b>	<b>17h30-19h</b>		
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
<b>Lundi 9</b>	<b>8h30-10h30</b>	<b>10h30-12h</b>			<b>13h30-17h30</b>	<b>17h30-19h</b>		
Contenus	Situation Pratique (Natation) (Joelle)	Sédentarité et risques (Chrstian Sauvaget)			Addictions(Christian Sauvaget)	Situations pratiques (Ski Roue)	Situations pratiques (Test TLVMA)	
<b>Mardi 10</b>	<b>8h30-9h30</b>	<b>9h30-12h30</b>			<b>13h30-16h30</b>	<b>17h30-19h</b>		
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		
<b>Merc 11</b>	<b>8h30-10h30</b>	<b>10h30-12h30</b>			<b>13h30-14h30</b>			
Contenus	Mise en place de séance (Amy Nguyen)	Plannification annuelle (Amy Nguyen)			Bilan	Fin de stage		