

FICHE INFORMATION - RESERVATION

Formation MONITEUR

A RETOURNER avant le 18/10/2022
à FFCO - 15 passage des Mauxins - 75019 Paris
ou contact@ffcorientation.fr

1^{ère} session du vendredi 4 au samedi 5 novembre 2022

Début de la formation 8h30 - Fin 16h30

Auberge Normande, Allée de la Cigogne 17390 RONCE LES BAINS (LA TREMBLADE)

2^{ème} session du samedi 14 au dimanche 15 janvier 2023

Début de la formation 8h30 - Fin 16h

Auberge Normande, Allée de la Cigogne 17390 RONCE LES BAINS (LA TREMBLADE)

Effectifs : 8 stagiaires

Pour rappeler : être titulaire du diplôme d'animateur et avoir suivi la formation de Traceur Régional.

Tarifs* : Frais pédagogiques (cartes, salles et encadrement) pris en charge par la FFCO

Frais de déplacement à la charge du stagiaire (ligue ou club)

Hébergement/restauration, pension complète (nuitée + petit déjeuner + 2 repas) 62€/jour : **OUI** **NON**

Tarif à titre indicatif

(attention, si besoin, tout hébergement supplémentaire sera effectué par le stagiaire auprès de l'hébergeur)

NOM - Prénom :

N° licence :

n° Club :

Ligue :

Courriel :

Diplôme(s) acquis :

Année(s) d'obtention :

« LOI INFORMATIQUE ET LIBERTES ET RGPD »

Les informations recueillies dans le cadre de votre inscription à cette formation sont nécessaires pour le fonctionnement. Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au secrétariat de la Fédération ainsi qu'à l'encadrement.

Vos coordonnées et particulièrement votre adresse électronique personnelle peut être utilisée pour la transmission de l'ensemble des informations concernant la formation et les échanges directs entre tous les inscrits, les ligues et l'encadrement.

En application des articles 39 et suivants de la loi du 6 janvier 1978 modifiée, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent.

Aussi, nous vous remercions de bien vouloir répondre par à la question suivante :

J'accepte la diffusion de mon adresse mail en interne, pour toute correspondance liée à cette formation **OUI** **NON**

Date et Signature du stagiaire

Date, Nom-Prénom du signataire de la Ligue
(Président / Responsable de la formation)



PROGRAMME PREVISIONNEL STAGE DE FORMATION MONITEUR

WEEK-END n° 1	Matin	Après midi
Journée 1 (9h)	8h30-8h45 Accueil	13h30-15h Construction d'une séance « modèle »
	9h-10h30 Introduction / Aspects physiologiques / Simulation	15h-16h30 L'outil OCAD au service de l'entraîneur (astuces)
	10h30-12h Focus Technique : Méthode POP / Boussole / RTT Forêt et sprint	16h30-19h Travail personnel : Préparation d'une séance d'entraînement (évaluation sur le 2 ^{ème} WE)
Journée 2 (6h30)	8h30-9h30 Renforcement musculaire/PPG/ PPS	13h30-15h Outils technologiques au service de l'entraîneur (suite)
	9h30-11h Séance pratique renforcement musculaire	15h - 16h Directives Nationales d'Entraînement
	11h-12h Outils technologiques au service de l'entraîneur	16h-16h30 Bilan session 1

WEEK-END n° 2	Matin	Après midi
Journée 1 (8h30)	8h30-9h30 Préparation des séances pratiques d'entraînement sur le terrain	13h30-14h30 Préparation des séances pratiques d'entraînement sur le terrain
	9h30-12h Mises en situation (2 stagiaires par groupe)	14h30-17h Mises en situation (3 stagiaires par groupe)
		17h30-18h30 Retours sur les mises en situation
Journée 2 (6h)	8h30-9h30 Préparation des séances pratiques d'entraînement sur le terrain	13h30-14h Retours sur les mises en situation
	9h30-12h Mises en situation (2 stagiaires par groupe)	14h-15h30 RDE/Groupe ligue « performance » Balises de couleurs Livret de suivi personnel
		15h30-16h Questions diverses Bilan de la session 2 et général Clôture du stage

