

FORMATION VELO

FICHE D'IDENTITÉ

MODULE : VELO

CENTRE de formation : Learn&Fit

SIRET : 81784983900011

N°ACTIVITÉ : 84691428869

Programme de formation

Intitulé de la formation : VELO

Public visé par la formation :

Cette action de formation s'adresse à des coachs diplômés ou en formation. Elle a pour but d'apporter des connaissances complémentaires à leur formation initiale, afin de répondre à un besoin.

Prérequis :

Être titulaire d'un diplôme sportif : DEUST – BPJEPS – CQP ou en cours de formation dans l'un de ces diplômes.

Objectifs de la formation :

- Être capable de construire un cours de vélo
- Connaître et maîtriser le vocabulaire technique pour mener une séance
- Être capable d'encadrer et corriger le groupe pour une pratique sécuritaire
- Être capable de maintenir un bon rôle modèle tout au long de la séance

Durée de la formation et modalités d'organisation :

Durée de la formation : 14h réparties sur 2 journées de 7h (9h – 12h30 / 13h30 – 17h)

Dates de la formation : **à définir**

Lieu : à définir

Modalités et délais d'accès :

Contact téléphonique ou mail. Les inscriptions se font par l'intermédiaire des clubs partenaires (Genae).

Nombre de stagiaires prévus : à définir

Moyens humains et Intervenants :

- Damien DA SILVA – Diplômée BPJEPS AF – Référent de la pratique Vélo sur les clubs Genae.

Moyens pédagogiques mis en œuvre :

- 1 salle de cours pour la pratique
- Suivi MasterClass – Mise en place d’ateliers pratiques
- Matériel pédagogique nécessaire à la formation (petit matériel – Support PDF)
- La formation est personnalisée et rythmée par des temps collectifs et une réflexion individuelle
- Mise en œuvre d’une méthodologie structurée et expérimentée
- Adapter la méthodologie aux besoins du stagiaire
- Construire les outils et process avec les personnes concernées par la formation
- Mise en œuvre d’une démarche participative avec les stagiaires

Description des modules :

Obtention des 6 Unités de compétences et validation par un jury final.

Module	Nombre d’heures
JOUR 1	
MODULE 1 : Introduction et fondamentaux de la discipline	1h
MODULE 2 : Master class + analyse de séance	1h30
MODULE 3 : Technique et sécurité - Physiologie	1h30
MODULE 4 : Entraînement - Construction de séance	1h30
MODULE 5 : Pratique et mise en application	1h30
JOUR 2	
CREATION DE SÉANCE	1H30
MISE EN PRATIQUE AVEC UN PUBLIC	1H
DEBRIEF ET AMELIORATIONS	1H
GESTION DE COURS ET CRÉATION	2H30
CONCLUSION	1H

Evaluation et sanction de la formation :

Un questionnaire de positionnement est envoyé à chaque stagiaire 1 semaine avant la formation.

Un questionnaire de satisfaction est envoyé à chacun des stagiaires en fin de formation.

La formation sera sanctionnée par attestation de réalisation de fin de formation.

Utilisation et valeur de la formation :

Toute personne en cours de formation (ayant validé ses EPMS) peut encadrer une séance dans sa structure de stage.

Toute personne diplômée peut enseigner dans la structure de son choix.

A noter : Toute personne diplômée d'état (DEUST – BPJEPS – CQP) a l'autorisation de se former et de mettre en application la dite formation auprès d'un public. Néanmoins, toutes ces certifications complémentaires (Pilâtes, Vélo, Cardio Boxe...) ne représentent en rien des diplômes d'état et ne peuvent être utilisées par des personnes non titulaires de ces dits diplômes.

TARIF / DEVIS

Coût : 500€ les deux jours de formation pour les contacts externes / 40€ HT par stagiaire pour financement OPCO

Aide au financement : renseignez-vous auprès du FIF PL, organisme financeur des autoentrepreneurs

Règlement : Par chèque ou virement bancaire

NB : L&F non assujetti à TVA

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Dans le cadre de son engagement éthique et responsable, LEARN&FIT étudie toutes les situations particulières des personnes souhaitant s'inscrire afin de faciliter leur participation. N'hésitez pas à nous contacter.

CONTACT

contact@learnandfit.com / 07 66 76 58 76