

## NATATION DE COURSE – 44

# STAGE DE FORMATION CONTINUE

- ⇒ **Public concerné** : Stagiaire BF3 en formation initiale et Formation continue de niveau BF3 pour tous les BF2, BP ou plus, encadrant ce type de public.
- ⇒ **Date** : 19, 20 et 21 décembre 2011
- ⇒ **Lieux** :  
Piscine Paul Langevin à Couëron  
Centre Socioculturel Pierre Legendre – Boulevard Blancho – 44220 – Couëron
- ⇒ **PROGRAMMEN DE CES TROIS JOURS**
- ⇒ **Encadrement** : Maurice BEUNET, Luc RICORDEAU

08h00 à 09h30	<b>Pratique perso</b>
	- Continuité des transversalités et techniques des quatre nages, virage et départs
10h00 à 12h30	<b>Pratiques pédagogiques</b>
	- Conduites de séances de niveau Pass'Compét
	- Construction d'une analyse d'observation sub-aquatique (vidéo sous marine)
	<b>REPAS</b>
13h30 à 16h15	<b>Apports théoriques</b>
	- Caractéristiques du public en termes morpho, psycho et physio
	- Notions théoriques sur le développement de la vitesse sous toutes ses formes
	- Notions théoriques sur le développement de l'aérobic sous toutes ses formes
	- Notions sur la planification des séances et des cycles.
16h15 à 16h45	<b>Prépa de séances</b>
17h00 à 18h15	<b>Conduite de séance Pass'Compét</b>
18h15 à 18h30	<b>Débriefing</b>

- ⇒ **Coût** : 200 € \* (repas midi) hors hébergement.
- ⇒ **Personnes à contacter** : Anne PERQUIA - ERFAN/Comité Régional,  
Mail : [erfan.paysdeloire@orange.fr](mailto:erfan.paysdeloire@orange.fr)

[www.ffnatation-paysdeloire.com](http://www.ffnatation-paysdeloire.com)

## FICHE D'INSCRIPTION STAGE FORMATION CONTINUE

Mme  Melle  M. : ..... Prénom : .....

Club : .....

Date de naissance : ..... Nationalité : .....

Lieu de naissance (Dép.) : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

☎ Domicile : ..... ☎ Portable: .....

E-mail : ..... @ .....

N° licence : ..... Année d'adhésion à la FFN : .....

Pratique personnelle : .....

Niveau sportif : ..... Tests ENF : .....

Niveau scolaire : ..... Diplômes : .....

Avez des diplômes dans le domaine de la sécurité et de l'animation ? :  
Si oui lesquels ? : .....

Vos diplômes d'officiel FFN : .....

O  
B  
L  
I  
G  
A  
T  
O  
I  
R  
E

⇒ **LE BORDEREAU D'INSCRIPTION DOIT IMPERATIVEMENT ETRE ACCOMPAGNE DU CHEQUE**