

Formation Continue Professionnelle Natation Artistique « Formation Acro »

Horaire de formation :

Samedi 9 mars 2019 de 12h00 à 19h00 et le dimanche 10 mars de 9h à 13h

Volume Horaire : 10h30

Public visé : Formation destinée aux entraîneurs de Natation Artistique.

Pré-requis : expérience d'entraîneur en charge d'un groupe niveau régional ou plus

Objectif de formation :

- Rappel des bases techniques des porteuses : prises de mains, synchronisation des actions, placement des porteuses. Ainsi que des voltigeuses : timing, techniques acrobatiques.
- Développement de l'expertise, des techniques de portés et d'acrobaties.

Contenus de la formation :

- Apport de connaissances, intervention d'experts, partage de concepts sur l'optimisation des portés.

Moyens pédagogiques :

- Mise en situation de cas pratiques avec des athlètes, observation et échanges.
- Possibilité d'emmener une équipe de son club pour les cas pratiques.

Lieu de formation :

- Piscine Léo-Lagrange – Allée de l'île glorieuse – 44000 NANTES

Coût :

420€ Formule 1 (stage complet)

300€ Formule 2 (de 12h à 15h puis 17h30 à 19h le 9/03 puis de 10h à 13h le 10/03)

Evaluation des acquis de la formation :

- Délivrance d'une attestation de suivi de formation.
- Pas d'évaluation spécifique proposée.

Frais annexes :

Les frais de transport, d'hébergement et de restauration sont à la charge des participants.

Programme de formation, prévisionnel :

L'organisation des contenus de formation sera revue après la date limite d'inscription, en fonction du nombre de stagiaires (et de nageurs inscrits).

Samedi 9 mars:

12h à 15h:

- Mise en SITUATION / en piscine : Apprentissage et/ou révisions des techniques de portés.

15h à 17h :

- OBSERVATION / en piscine : techniques de perfectionnement d'un groupe de niveau « Elite ».

17h30 à 19h :

- Mise en SITUATION/ en salle : Educatifs utiles au perfectionnement des portés.

Dimanche 10 mars:

9h à 10h :

- OBSERVATION / en piscine : techniques de perfectionnement d'un groupe de niveau « Elite ».

10h à 10h30 :

- Mise en SITUATION / en piscine : Echauffements natation et préparation au travail de portés.

10h30 à 13h :

- Mise en SITUATION / en piscine :
 - 10h à 11h30: Optimisation portés HIGHLIGHT dans leur contexte chorégraphique (Catégorie Jeune).
 - 11h30 à 13h: Optimisation des portés JUNIORS et SENIORS selon choix chorégraphiques (et/ou par familles de techniques).

FICHE D'INSCRIPTION

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 :

Vos diplômes d'état et diplômes FFN:

Nombre de nageurs accompagnants :

Noms et numéros de licence de ces nageurs :

.....

.....

Formule choisie (entourer) : Formule 1 (420€) Formule 2 (300€) Autre demande (à décrire) :

.....

⇒ LE BORDEREAU D'INSCRIPTION DOIT IMPERATIVEMENT ETRE ACCOMPAGNE DU CHEQUE A L'ORDRE DE L'ERFAN DES PAYS DE LA LOIRE

Signature du Président
Précédée de la mention « Lu et Approuvé »