

## COACH GYM SANTE

### AVANTAGES

- Le Coach Gym Santé permet de faire découvrir les activités gymniques à un public jeune, adulte ou senior
- Le Coach Gym Santé permet une approche spécifique sur le bien-être, la condition physique et la prévention des maux de dos. Il permet également d'encadrer les activités LombalGym, VitaGym et JuvaGym en donnant des compétences sur l'encadrement des personnes ayant une affection de longue durée

### OBJECTIFS

- Maîtriser les principes de la méthode APOR (De Gasquet)
- Acquérir les compétences nécessaires à l'encadrement des publics atteints d'une ALD
- Maîtriser les spécificités des différents publics du Coach Gym Santé
- Découvrir les programmes spécifiquement conçus pour les publics de + de 25 ans

### CONTENUS

- Les principes de la méthode APOR (Approche Posturo Respiratoire – De Gasquet)
- Spécificités des pratiquants ayant une ALD (affection de longue durée)
- Programmes gymniques spécifiques pour les publics de plus de 25 ans

### METHODES UTILISEES

- Méthodes pédagogiques :
  - » Formation en présentiel
  - » Formation en FOAD
- Moyens techniques :
  - » Accès à l'application web gym Santé
  - » Echanges avec les participants
  - » Cas pratiques
  - » Mise en situation / alternance
  - » Powerpoint
- Méthode d'évaluation :
  - » QCM
  - » Séance pratique sur un des trois programmes
  - » Une conduite de séance en centre de formation avec un groupe de pratiquants
  - » A l'issue de la formation : questionnaire en fin de formation

### FORMATEURS

- Formateurs diplômés d'Etat ou de la branche professionnelle du sport formés à la méthode APOR
- Experts de la gymnastique
- Formateurs ayant suivi le processus de formation continue de la FFGym

### PUBLIC

Public professionnel (salarié, travailleur indépendant, auto-entrepreneur)  
Public bénévole

### PARTICIPANTS

13 stagiaires par session

Le nombre de places par région est limité. Dès lors que le quota est atteint, les candidats se verront proposer un autre lieu de formation.

*L'INF se réserve le droit d'annuler ou de reporter la formation en fonction du nombre d'inscrits*

### PRÉREQUIS / CONDITIONS D'ENTRÉE EN FORMATION

Être licencié à la FFGym

Signer le contrat d'engagement

Être titulaire d'un diplôme permettant l'encadrement contre rémunération des activités de la gymnastique

Pour les bénévoles : être titulaire du PSC1, justifier de 3 ans d'expérience d'encadrement des activités gymniques et réussir le test de sélection

L'entrée en formation sera effective à réception des pièces demandées ci-dessus, du règlement de la formation ou de la copie de la demande de prise en charge OPCO, ainsi que du contrat d'exclusivité signé par le stagiaire (contrat transmis à l'inscription).

### INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Formation organisée par l'INF

» Durée : 80 heures en présentiel et 15 heures en FOAD

» Frais d'inscription : 100€

» Coût : 1 995€

*Les frais pédagogiques et les frais annexes sont à la charge de la structure/du participant*

*Les formations proposées par l'INF sont éligibles aux financements des OPCO.*

*Cette formation est éligible au financement COT, rapprochez-vous de votre Comité Régional.*

Responsable technique de la formation :

**Martine Robert**

Contact : [formation@ffgym.fr](mailto:formation@ffgym.fr)

**Inscription avant le 15 septembre 2020 : [Cliquez ici](#)**

## CALENDRIER DE FORMATION :

### Région AURA

Module 1	VALENCE (26)	du 26 au 29 octobre 2020
Module 2	LYON (69)	du 15 au 18 février 2021
Module 3	SAINT-ETIENNE (42)	du 19 au 22 avril 2021

### Région BOURGOGNE-FRANCHE-COMTE

Module 1	BESANÇON (25)	du 9 au 10 octobre 2020
Module 2	MONTCEAU-LES-MINES (71)	les 7 et 8 novembre 2020
Module 3	IMPHY (58)	du 11 au 13 décembre 2020
Module 4	MONTCEAU-LES-MINES (71)	les 16 et 17 janvier 2021
Module 5	BESANÇON (25)	les 20 et 21 février 2021

### Région NOUVELLE-AQUITAINE

Module 1	PESSAC (33)	du 8 au 11 novembre 2020
Module 2	POITIERS (86)	du 19 au 21 février 2021
Module 3	MONT-DE-MARSAN (40)	du 3 au 5 avril 2021

### Région OCCITANIE

Module 1	PAMIERS (09)	du 26 au 29 octobre 2020
Module 2	PAMIERS (09)	du 22 au 25 février 2021
Module 3	PAMIERS (09)	du 19 au 22 avril 2021 OU du 26 au 29 avril 2021

### Régions BRETAGNE/NORMANCIE

Module 1	SAINT-LO (50)	du 24 au 27 octobre 2020
Module 2	RENNES (35)	du 19 au 22 décembre 2020
Module 3	ALENÇON (61)	du 25 au 28 février 2021

### Région GRAND-EST

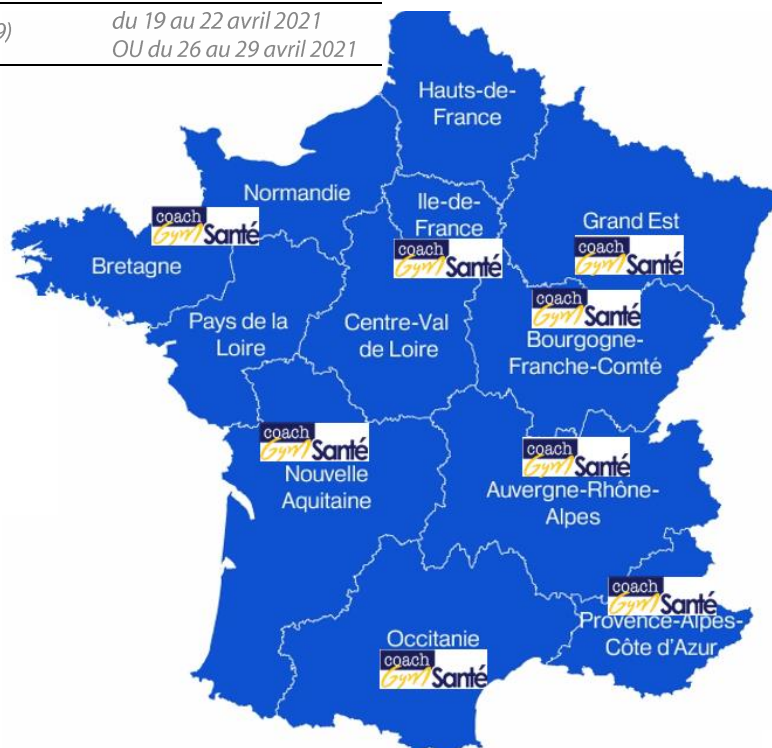
Module 1	TOMBLAINE (54)	du 17 au 20 octobre 2020
Module 2	TOMBLAINE (54)	du 19 au 22 décembre 2020
Module 3	REIMS (51)	du 20 au 23 février 2021

### Région ILE-DE-FRANCE

Module 1	Ile-de-France	du 26 au 29 octobre 2020
Module 2	Ile-de-France	du 19 au 22 décembre 2020
Module 3	Ile-de-France	du 7 au 10 juillet 2021

### Région PACA

Module 1	MARSEILLE (13)	du 18 au 22 octobre 2020
Module 2	NICE (06)	du 6 au 9 décembre 2020
Module 3	AVIGNON (84)	du 21 au 24 février 2021



Programme sous réserve de modification