

**Dates de la session 1:** 11 et 12 mars 2017  
**Nombre d'heures :** 28 h 00  
**Lieu :** Mercin et Vaux  
**Responsable de formation :** Anne-Lise DELCELIER

<b>Contexte</b>	Créé par des cadres techniques de la Fédération (en charge des actions en milieu carcéral en 2010 et spécialistes des activités de la forme), FREE FIT est une activité physique tendance dans la mouvance de concepts existants (Freeletics, Cross Fit, TRX...). La pratique est initialement basée sur la performance. Dans la mise en place de ce projet, il était primordial de garder ce qui fait de nous un acteur incontournable de l'expertise professionnelle en matière de pratique sportive: Veiller à l'intégrité des pratiquants et à leur sécurité. La formation d'animateur est inéluctable dans la mesure où FREE FIT est ouvert à tous les publics de la Fédération. Il se structure sous 2 formes : FREE FIT OUTDOOR et FREE FIT INDOOR (ceci afin de pratiquer tout le temps et par tous les temps).
<b>Public</b>	Animateurs en possession d'un CQP AGEE, ARPO, JSJO ou diplômes supérieurs donnant les prérogatives d'encadrement sportif.
<b>Objectifs de la formation</b>	<p>OI EC d'initier au FREE FIT et d'animer des séances de niveau débutant</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- EC de maîtriser sa propre pratique FREE FIT</li> <li>- EC d'animer une séance d'initiation FREE FIT (débutant)</li> <li>- EC de planifier l'entraînement FREE FIT</li> <li>- EC de promouvoir l'activité FREE FIT</li> </ul>
<b>Programme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluation et entraînement personnel</li> <li>- Préparation d'une séance d'animation FREE FIT débutant</li> <li>- Face à face pédagogique</li> <li>- Analyse de séances</li> <li>- Créer des outils de présentation et de communication</li> </ul>
<b>Méthode pédagogique</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apports théoriques et pratiques (méthodes, outils)</li> <li>- Mise en situation</li> <li>- Etude et analyse de cas</li> <li>- Témoignages et échanges de pratiques</li> </ul>
<b>Nombre de Stagiaires</b>	20 personnes maximum
<b>Horaires</b>	Du samedi au dimanche 9h00-12h30 et 13h30-17h00
<b>Intervenants</b>	Formateur habilité par la Fédération
<b>Individualisation des parcours</b>	Entretien avec l'animateur en amont de l'inscription sur son projet d'animation Accompagnement en structure pour la mise en pratique.
<b>Evaluation</b>	Attestation de participation au niveau Open'Training
<b>Coûts</b>	Frais pédagogiques : 400 euros prise en charge ou 200 euros fonds propres Frais Hébergement/restauration : à la charge du stagiaire
<b>Modalités de prise en charge</b>	OPCA ou employeur
<b>Date limite d'inscription</b>	2 mars 2017
<b>Personnes ressources</b>	Administrative : Karine TONNELET 03 23 73 21 74 Cr.picardie@sportspourtous.org Pédagogique : Anne-Lise DELCELIER 06 07 29 37 84 Anne-lise.delcelier@sportspourtous.org

