

Formation Instructeur Marche Nordique

Programme de formation

Objectif pédagogique : Cette formation a pour objectif de former des instructeurs susceptibles d'enseigner ensuite la marche nordique en stade et/ou en extérieur, en cours collectifs et/ou en cours privés

Durée : 16h00

Lieu : Studio Perf&fit, 36 rue Louis Braille, 42000 Saint-Etienne

Niveau pré-requis : Bases du sport santé

Public visé : Éducateurs ou animateurs sportifs diplômés d'un des diplômes professionnalisants répertoriés au RNCP ou en cours de passation de celui-ci

Formateurs : Claire Macazaga, diplômée FFA 1^{er} degré Marche Nordique, expérience de terrain

Moyens : Package de formation, cours théoriques en salle, pratique en extérieur

Évaluation : Évaluation pratique sous forme de tirage au sort d'un exercice à enseigner (échauffement, exercice de renfo, exercice cardio, exercice technique, étirements)

Modalités d'accès : Demande de réception d'un dossier d'inscription à formation@perf-and-fit.com, à retourner complet au plus tard 15 jours avant le début du stage

Tarif : 577,00 € HT, TVA non applicable

Accessibilité aux personnes handicapées : non

JOURNÉE 1

8h30 : Accueil des participants

9h30 : Masterclass

10h30 : Débriefing

11h15 : Les bienfaits de la Marche Nordique

12h15 pause déjeuner

13h15 : Déroulement d'une séance en stade : théorie

14h45 : Mise en pratique et enseignement en stade

16h45 : Déroulement d'une séance en extérieur : théorie

17h30 : Fin de journée 1

JOURNÉE 2

8h30 : Accueil des participants

8h45 : Révisions des acquis et réponses aux interrogations

9h15 : Pratique en extérieur

11h15 : Exercices et séances types

12h45 pause déjeuner

13h45 : Création d'une séance

14h45 : Évaluation

17h00 : Questions/Réponses et remise des certificats

17h30 : Fin de journée 2