

# Stage Fédéral Formation des Animateurs Marche Nordique



**SAMEDI 14 OCTOBRE  
&  
DIMANCHE 15 OCTOBRE 2017  
A Voiron (38)**



Inscription avant le 25/09/2017

[www.cf2a.wordpress.com](http://www.cf2a.wordpress.com)

et

Par courrier au Comité FSGT 38



Depuis 4 saisons, à l'initiative des membres de la CF2A, la marche nordique a été intégrée à la Commission Fédérale des Activités Athlétiques.

Près de 2000 licenciés FSGT pratiquent aujourd'hui cette activité dans 80 clubs répartis dans 25 comités. (+ 42 % de licenciés pour la saison 2016/2017)

La formation des encadrants est une nécessité et une priorité de la commission fédérale des clubs et des comités. En effet le développement de la marche nordique nécessite des compétences particulières.

Les clubs, pour développer l'activité, n'hésitent pas à former plusieurs animateurs. (Il est conseillé d'avoir un animateur par tranche de 15 à 20 pratiquants).

Le club Amitié Nature de Voiron (38) et le comité 38 se sont associés pour proposer un stage fédéral en région Auvergne-Rhône-Alpes pour former des animateurs marche nordique **le samedi 14 et le dimanche 15 octobre 2017**.

Une offre de formation pour favoriser en priorité le développement de l'activité Marche nordique localement dans la région mais pas seulement.

Cette formation est devenue partie intégrante du **Brevet fédéral athlétisme, option marche nordique**,

### ➤ 2 formations sont proposées :

#### • Un stage de formation d'animateurs Marche nordique de 1<sup>er</sup> Niveau

Il s'adresse en priorité à des adhérents qui pratiquent la marche nordique depuis plusieurs mois et qui souhaitent s'engager dans l'animation.

Il s'adresse également à toute personne qui souhaiterait développer la marche nordique dans un club FSGT. (Dans ce cas il est vivement conseillé aux candidats stagiaires de participer dans la mesure du possible à des sorties dans des clubs existants pour acquérir les bases de la pratique).

#### • Un stage de formation d'animateurs instructeurs Marche nordique (perfectionnement)

Il s'adresse aux animateurs en place souhaitant faire évoluer leurs compétences et valider le BF1 et/ou le BF2.

### ➤ Conditions d'inscription : **inscription avant le 25 Septembre 2017**

- Nombre limité à **24 stagiaires** : inscription par ordre d'arrivée des inscriptions.  
12 places pour le stage : BF1 Animateur  
12 places pour le stage ; BF2 Animateur Instructeur.
- Nombre de places réservées pour les adhérents du comité 38 : 8 places
- Adhérents licenciés à la FSGT souhaitant s'investir dans l'animation de l'activité au sein d'un club FSGT (avec ou sans connaissance de l'activité).

### ➤ Procédures d'inscription : 2 procédures à faire impérativement

- Inscription en ligne sur le site [www.cf2a.wordpress.com](http://www.cf2a.wordpress.com) permet d'avoir une situation en temps réel des inscriptions pour tous les acteurs de l'organisation du stage.
- Inscription version papier (cf feuille jointe dans la plaquette) - confirmation de l'inscription et règlement de participation financière demandée).

### ➤ Participation financière des adhérents : CF fiche d'inscription

La formation pédagogique est gratuite. Elle sera assurée par Jean-Pierre et Bernard formateurs fédéraux bénévoles.

La restauration du vendredi soir n'est pas prévue (gestion délicate à cause des arrivées échelonnées).

- **Les stagiaires ne souhaitant pas d'hébergement** s'engagent à être présents le samedi 14 octobre de 9h (accueil à 08h30) à 18h30 et le dimanche 15 octobre de (accueil à 8 h) à 17h
  - Ils s'acquittent d'un règlement de **50 € euros** (compris repas du samedi midi et du dimanche midi)
  - Ils s'acquittent d'un règlement de **75 euros** (compris repas du samedi midi et du dimanche midi et du **samedi soir**)

- **Les stagiaires désirant être hébergés le samedi soir** peuvent faire la réservation sur le bulletin d'inscription.  
Participation financière **105 €**  
(Restauration comprise du samedi midi au dimanche midi + hébergement 1 nuitée avec petit déj)
- **Les stagiaires désirant être hébergés vendredi soir et samedi soir** peuvent faire la réservation sur le bulletin d'inscription.  
Participation financière **135 €**  
(Restauration comprise du samedi midi au dimanche 17h00 + 2 nuitées avec petit déj)

*Chaque stagiaire peut solliciter une aide financière auprès de son club, sa Commission départementale d'activité, son Comité départemental ou régional FSGT.*

➤ **L'hébergement** se fera à

**TREPLIN SPORT FORMATION  
CAMPUS LA BRUNERIE  
180 bd de Charavines  
38500 VOIRON**

➤ **La formation** se déroulera au siège du Club Amitié Nature Voiron

**Club Amitié Nature Voiron  
35 Bd Denfert Rochereau  
38500 VOIRON**

➤ **Équipement des stagiaires**

- bâtons marche nordique de grande qualité.
- tenue de marcheurs, vêtements de pluie.

➤ **Correspondants :**

- **Localement**

L'accueil en gare de Voiron, le transfert à l'hôtel, les transferts de l'hôtel au lieu de stage et le retour à la gare seront assurés par des participants locaux.

Pour faciliter la gestion de ces déplacements, merci de remplir précisément le document d'inscription. En cas de problème quelconque, merci de contacter

Comité FSGT 38 : 04 76 54 32 33

[fsgt38@wanadoo.fr](mailto:fsgt38@wanadoo.fr)

Amitié Nature Voiron - Evelyne MICOL : 06.88.57.51.79 - [evmicol@orange.fr](mailto:evmicol@orange.fr)

- **CF2 A**

**Bernard MINGOT** - 6 Rue Marguerite de Navarre - 61000 ALENÇON

Tél. 02 33 32 23 41 ou 06 75 50 16 97

[bernard.mingot@laposte.net](mailto:bernard.mingot@laposte.net)

- **Fédération**

FSGT Secrétariat des Activités Athlétiques - 14 rue Scandicci - 93508 PANTIN

**Secrétariat des activités athlétiques** - Tél. 01 49 42 23 64.

[athletisme@fsgt.org](mailto:athletisme@fsgt.org)



# Stage Fédéral Animateurs Marche Nordique les samedi 14 et dimanche 15 octobre 2017

Accueil des participants : Club Amitié Nature Voiron  
35 Bd Denfert Rochereau  
38500 VOIRON adresse  
Contacts : Comité FSGT 38 - 04 76 54 32 33  
fsgt38@wanadoo.fr

## Programme

Formateur Fédéral : Jean-Pierre Leroy

### Samedi 14 octobre 2017 Groupe BF1 salle N°1

- 8 h 30 Accueil des participants Club Amitié Nature Voiron  
35 Bd Denfert Rochereau 38500 VOIRON
- 8 h 45 Ouverture du stage : Evelyne - Jean-Pierre et Bernard  
Le tour de table  
Historique de la marche nordique  
Les bâtons, technicité, qualités, taille etc. Principes théoriques  
d'utilisation
- 10 h 00 Pause café
- 10 h 15 Sur le terrain : Les outils pour l'initiation des adhérents travail technique des participants  
Renforcements musculaires.
- 12 h 00 Repas
- 13 h 30 Débriefing de la séance du matin, les points importants à observer.  
La fédération organisation de la FSGT : Licences, affiliation assurance etc.....  
Bienfaits de la marche nordique, ses contre-indications, précautions.
- 15 h 30 Séance en espace nature échauffements, séance complète  
Principes techniques fondamentaux pour le passage de difficultés naturelles.( fossés, monter  
descendre)  
Renforcements musculaires, étirements.
- 17 h 30 Debriefing
- 18 h 00 Création d'un club, évolution de l'offre sportive, les questions qu'il faut se poser?
- 18 h 30 Fin de la séance



### Dimanche 15 octobre 2017 Groupe BF1 Salle N°1

- 8 h 15 Accueil des participants  
L'animateur : responsabilités, qualité, missions, etc.  
Sécurité, consignes, trousse de secours  
Animation - Gestion de groupe – organisation d'une séance type, construire une séance, travail de  
groupe  
Préparation de la séquence de l'après midi organisé un cursus de formation pour un groupe d'adhérents
- 10 h 45 Séance technique les stagiaires questions réponses révision sur les séquences de la veille
- 12 h 30 Repas
- 13 h 30 Les stagiaires font le cours séance initiation à la MN .
- 16 h 00 Retour en salle et débriefing
- 16 h 30 Le Brevet fédéral, le livret de formation, le livret d'animation.  
Bilan du stage
- 17 h 00 Fin du stage.



# Stage Fédéral Animateurs instructeurs Marche Nordique (BF2 MN) Public avec prérequis : être déjà animateur le samedi 14 et le dimanche 15 octobre 2017

Adresse : Club Amitié Nature Voiron  
35 Bd Denfert Rochereau  
38500 VOIRON

Contacts: Comité FSGT 38 - 04 76 54 32 33  
fsgt38@wanadoo.fr

## Programme

Formateur Fédéral: Bernard Mingot,

### Samedi 14 octobre 2017 Groupe BF2 salle N°2

- 8 h 30 Accueil des participants : Club Amitié Nature Voiron  
35 Bd Denfert Rochereau 38500 VOIRON
- 9 h 00 Ouverture du stage : Evelyne - Jean-Pierre et Bernard  
Préparation d'une séance : initiation de nouveaux adhérents.  
Quels outils pédagogiques pour assurer la formation des débutants  
inventaires ? Utilisation de la vidéo sensibilisation.  
Observations des pratiquants quelles règles.
- 10 h 00 Pause café
- 10 h 15 Sur le terrain : séance initiation MN pour un groupe débutant. Les stagiaires ont les compétences  
pour être acteurs
- 12 h 15 Repas (plateau sur place)
- 13 h 30 Debriefing de la séance du matin, les points importants à observer  
Positionnement des animateurs  
Préparation de la séance de l'après midi  
Les difficultés naturelles points fondamentaux . Préparation des interventions de l'après midi
- 15 h 30 Echauffements, séance complète (Éducatif, passage des dénivelés, renforcements musculaires,  
étirements.)  
Passage des difficultés naturelles. En situation.
- 17 h 30 Debriefing
- 18 h 00 Evolutions de l'offre sportive, les questions qu'il faut se poser ?
- 18 h 30 Fin de la séance.



### Dimanche 15 octobre Groupe BF2 Salle N°2

- 8 h 15 Accueil des participants
- 8 h 30 Animation - Gestion de groupe – organisation d'une séance type, construire une séance, travail de  
groupe  
Préparation d'une progression pour préparer un groupe pour participer au relais de (travail à partir d'une  
vidéo). Ex relais de 6 h 00 en équipe de 2 – 4 ou 6 personnes.
- 10 h 30 Mise en situation des stagiaires exercices d'application. Vitesse cardio et...
- 12 h 30 Repas
- 13 h 45 Préparation de la séance
- 14 h 15 Mise en situation des stagiaires avec évaluation sur des stagiaires en situation sur les passages  
d'obstacles naturels.
- 16 h 00 Retour en salle Débriefing
- 17 h 00 Fin du stage.



# Stages fédéraux animateur et animateur instructeur Marche Nordique

Du samedi 14 octobre 2017 8h30 au dimanche 15 octobre 2017 17h00  
à VOIRON 38

**Vous devez vous inscrire en ligne Sur le site [www.cf2a.wordpress.com](http://www.cf2a.wordpress.com)**

**L'inscription numérique ne vous dispense pas de l'envoi de la présente fiche accompagnée du règlement par chèque dans les délais fixés !**

## Formulaire d'inscription

Comité départemental FSGT: ..... Club : .....

Nom – Prénom : .....

N° de licence FSGT ..... Date de naissance.....

Adresse postale .....

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

Téléphone portable ..... Téléphone fixe.....

Mail stagiaire : .....

Mail de votre comité de rattachement : .....

Qualification(s) obtenue(s) dans le domaine de l'animation sportive et formation technique en MN : .....

.....

Nature et durée des activités menées dans votre association dans l'activité MN : .....

.....

Moyen de transport (à la charge du stagiaire) utilisé pour se rendre à Voiron 38

Véhicule personnel : oui " non " (1) SNCF : Gare de Voiron : oui " non " (1)

Jour et heure d'arrivée : .....

### Participation financière en fonction de l'option retenue :

- |  |           |                 |
|--|-----------|-----------------|
| <input type="checkbox"/> Inscription sans hébergement repas samedi et dimanche midi                | 50 euros  | oui " non " (1) |
| <input type="checkbox"/> Inscription sans hébergement repas samedi et dimanche midi et samedi soir | 75 euros  | oui " non " (1) |
| <input type="checkbox"/> Hébergement nuit du 14 /10 + petit déjeuner, repas                        | 105 euros | oui " non " (1) |
| <input type="checkbox"/> Hébergement nuits du 13 et du 14/10 + petits déjeuners, repas             | 135 euros | oui " non " (1) |

(1) cocher les cases utiles

**Le stagiaire s'engage à participer à la totalité du stage, il devra être équipé d'une paire de bâtons marche nordique, Bâtons de randonnée pédestre non autorisés**

Maillot d'animateur fourni au stagiaire, entourez la taille souhaitée : S - M - L - XL - XXL

Signature du Président du club, date,

Signature du stagiaire, date,

**Formulaire à remplir et à retourner avant le 25 Septembre 2017, accompagné du règlement à l'ordre de FSGT 38  
Inscriptions à retourner au comité FSGT 38 – Maison des Sports – 7 Rue de l'Industrie – 38320 EYBENS - Tel 04 76 54 32 33**

Conformément à la loi du 6 janvier 1978 modifiée, je soussigné(e) autorise – n'autorise pas (rayer la mention inutile) expressément la FSGT à utiliser mon image dans le cadre des outils d'identification et de communication FSGT et dans des manifestations sportives FSGT et à des fins non commerciales. Je déclare avoir pris connaissance et accepter en tous points les conditions portées sur l'ensemble du document de référence.

Fait à ..... le .....2017

Signature