

## CATALOGUE DE FORMATION 2022

Les formations continues de l'Institut National de Formation de la FFGym

FPC COACH



### OBJECTIFS

Affiner l'approche gym+ dans l'animation des cours  
Apporter des précisions sur les placements et les consignes  
Adapter le cours gym+ à son public

### CONTENUS

- Mise en œuvre des cours gym+ avec différentes thématiques et niveaux de pratique. Utilisation de swiss ball dans la séance.
- Apport méthodologique et pratique pour les étirements
- Précision sur les consignes et les placements des exercices de la méthode APOR
- Animation spécifique de cours du programme gym+

### METHODE UTILISEE

- Méthodes pédagogiques :
  - Formation en présentiel
- Moyens techniques
  - Apports théoriques
  - Cas pratiques
  - Mise en situation
  - Powerpoint
- Méthode d'évaluation :
  - Durant la formation : afin d'évaluer le degré d'acquisition
  - A l'issue de la formation : questionnaire en fin de formation

### FORMATEURS

- Evelyne FRUGIER, Valérie GRANDJEAN, conceptrices du produit gym+
- Formateur de l'Institut De Gasquet
- Pierre BILLARD, médecin fédéral (sous réserve)

### PUBLIC

Coach gym+

### PARTICIPANTS

15 stagiaires minimum

20 stagiaires maximum

(L'INF se réserve le droit d'annuler la formation en fonction du nombre d'inscrits)

### PREREQUIS/CONDITIONS D'ENTREE

Être licencié à la FFGym

Être titulaire du diplôme coach gym+

### INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

- Lieu : BOULOURIS (83)
- Dates : du 24 au 26 août 2022
- Durée : 2,5 jours (15 heures)
- Coût pédagogique : 405 €

*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*

Responsable technique de la formation :

**Thierry Gauvin**

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

### INSCRIPTION AVANT LE 30 JUIN 2022 :

Connectez-vous à votre espace licencié sur [ffgym.fr](http://ffgym.fr) et [cliquez ici](#)

*Programme sous réserve de modifications*