

## CATALOGUE DE FORMATION 2023

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

### FPC PERFORMANCE GAC – COMPOSANTES DE L'ENTRAÎNEMENT : LA DIMENSION ARTISTIQUE

#### OBJECTIFS

Permettre aux entraîneurs d'améliorer leurs compétences dans les différentes composantes de l'entraînement en Gymnastique Acrobatique.

#### CONTENUS

- Webinaire 1 (2h) :

L'organisation de l'entraînement en Gymnastique Acrobatique : quelles sont les contraintes et problématiques rencontrées ? Quel(s) système (s) mettre en place dans sa structure ?

- Présentiel (12h) : Renforcer la dimension artistique dans l'entraînement en GAc :

- Identifier la place de l'artistique dans l'entraînement
- Mettre en œuvre la préparation chorégraphique
- Améliorer la qualité et la rapidité de travail dans la gestuelle
- Définir la stratégie de composition d'exercices

- Webinaire 2 (2h) technique :

Améliore les savoirs, les savoirs faire et les savoir être dans l'apprentissage des éléments de base.

#### METHODES UTILISEES

- Méthode pédagogique :
  - Formation en présentiel et webinaires
- Moyens techniques
  - Apports théoriques
  - Mise en situation pratique
  - Powerpoint

#### FORMATEURS

- Experts de l'entraînement de performance :
  - Yves VAN DER DONKT
  - Ana MATYSKINA

#### PUBLIC

Entraîneurs de niveau performance

#### PARTICIPANTS

13 stagiaires minimum

30 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

#### INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

- Lieu : INSEP pour la partie présentielle
- Dates :
  - Webinaire 1 : samedi 23 septembre 2023 (14h-16h)
  - Présentiel INSEP : samedi 04 novembre (13h00-19h30) au dimanche 05 novembre 2023 (09h00-16h30)
  - Webinaire 2 : samedi 25 novembre 2023 (14h00-16h00)
- Durée : 16 heures (12h présentiel-4h webinaires)
- Frais pédagogiques : 416,00 €

*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 :

**Sébastien Risler**

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

**INSCRIPTION AU PLUS TARD LE 02 SEPTEMBRE 2023 :**

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

*Programme sous réserve de modifications*