

AÏKIDO

FORMATION SPORT SANTÉ
BIEN - ÊTRE

6 et 7 avril 2024

Sport Bretagne

24, rue des Marettes – 35800 DINARD

Samedi 6 avril : 9H - 12h / 13h30 - 18h30 Dimanche 7 avril : 8h - 12h

**Bertrand
BIDAULT**

6^e Dan UFA
DESJEPS

**Jean-Gabriel
BRANDO**

5^e Dan UFA
DEJEPS

**Mathias
RETORET**

3^e Dan UFA
Médecin fédéral

**Josette
RIGAUD**

2^e Dan UFA
Médecin Ligue AuRA

FORMATION GRATUITE ET RÉSERVÉE AUX ENSEIGNANTS
DE LA FFAAA ET DE LA FFAB



FORMATION

SPORT SANTÉ BIEN-ÊTRE

Une formation "Sport Santé Bien-être" est organisée par l'UFA les samedi 6 et dimanche 7 avril 2024 à Dinard (22). Exceptionnellement, elle sera animée par la commission "Santé Bien-être" de la FFAB.

OBJECTIFS

- Sensibiliser et former les enseignants au Sport Santé Bien-être
- Comprendre l'organisation du SSBE en France et dans nos Fédérations
- Connaitre les caractéristiques et les limites des publics visés
- Savoir évaluer la condition physique globale des pratiquants
- Mettre en place une action de SSBE en sécurité

PRÉ-REQUIS

- Licencié FFAAA ou FFAB
- Shodan + tout diplôme d'enseignement, à partir du BF
- PSC1 de moins de 3 ans ou engagement à faire la formation avant le stage

PROGRAMME

- Apports théoriques (aspects réglementaires et informations médicales)
- Propositions d'exercices de mise en activité physique adaptée et échanges
- Mises en situation et échanges
- Pratique des tests d'évaluation de la condition physique
- Bilan du stage

DURÉE

12 heures : samedi matin (3h), samedi après-midi (5h) et dimanche matin (4h).

ÉVALUATION

- Echanges et QCM lors du stage
- Questionnaires à retourner dans la semaine suivant le stage + 3 à 6 mois plus tard

LIEU

Sport Bretagne – 24, rue des Marettes – 35800 DINARD

TARIFS & RÉSERVATION

- Gratuit pour les enseignants de la FFAAA et de la FFAB
- Hébergement et repas à la charge des stagiaires

Les inscriptions devront arriver au siège au plus tard le **8 mars 2024 dernier délai**.
Attention ! Stage limité à 30 personnes.

FFAB - 244, route de Brue-Auriac - Les Allées – 83149 BRAS
contacts : 04.98.05.22.28 (siège FFAB) – ffab.aikido@wanadoo.fr – bbidault@free.fr

Les inscriptions se font directement au siège fédéral de la FFAB en envoyant le formulaire ci-dessous complété.

Fiche inscription

NOM Prénom			
Adresse			
Tél. / Email			
N° licence			
Grade / Diplôme			
Club / Fédération			

Repas Hébergement	Repas (déjeuner / dîner) 15 €	Pension complète (1 nuit + 1 Petit déj. + 1 déj. + 1 dîner + draps) 50 €
Vendredi à samedi		
Samedi à dimanche		
Vendredi soir		
Samedi midi		
Samedi soir		
Dimanche midi		
Total		
Accompte 50 % (Ordre FFAB)		

Chèque d'acompte à l'inscription

