

**Les pratiquants ont besoin de se défouler dans une activité intensive et de groupe. L'activité Boxing Energy est une méthode d'entraînement cardio respiratoire qui se pratique en musique et sans matériel en utilisant des techniques issues des sports de combat.**  
**La Formation Boxing Energy vous permettra d'enrichir vos séances EPGV avec cette activité à dominante Energy (énergétique)**

## Public

---

- Titulaire du diplôme « animateur 1er degré Adultes en salle »
- Titulaire du CQP ALS option AGEE
- Titulaire du CQP Instructeur FITNESS mention cours collectifs
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BP-STAPS...

## Prérequis

---

- Être licencié à la FFEPGV
- Être titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1)
- Être titulaire de la formation "Culture fédérale"
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Educateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS)
- Être titulaire du module commun «Basic Tendance»
- Avoir des expériences dans un ou plusieurs domaines (techniques d'expression, techniques cardio, renforcement musculaire, techniques douces) et dans l'activité Boxing Energy ®
- Avoir un intérêt à porter le projet « Tendance »

## Accessibilité

---

Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à l'une de nos formations. Faites-le nous savoir : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée. Contactez le référent handicap Raphaël PEAUROUX au 06 89 01 22 05 ou [raphael.peauroux@comite-epgv.fr](mailto:raphael.peauroux@comite-epgv.fr)

## Objectifs de la formation

---

- Renforcer les compétences techniques de l'animateur en Boxing Energy.
- S'approprier les fondamentaux et les techniques de l'activité Boxing Energy.
- S'approprier l'outil de formation (manuel et DVD)
- Concevoir des séquences de Boxing Energy dans la logique de l'activité

## Contenus de la formation

---

- Logique interne et technique de l'activité Boxing Energy ®
- Répertoire de mouvements
- Combinaison de mouvements et démarches pédagogiques
- Composantes musicales et chorégraphiques
- Créativité et expression
- Exemple de combinaison de mouvements

## Moyens techniques et pédagogiques

---

- Alternance d'apports de connaissances et de mise en pratique sur le terrain.
- Formation centrée sur l'appropriation de techniques en lien avec les compétences d'animateur

## Outils de Formation

---

- Manuel de formation
- DVD explicatif pas à pas des différentes techniques



## Directeur de formation, Formateurs et/ou Intervenants

---

- Directeur de Formation FFEPGV : Raphaël PEAUROUX

## Modalité de validation

---

- Feuilles de présence
- Fiche d'émargement
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Evaluation formative :
  - Mises en situation pratique
  - Animation de séquences

## Modalités de certification

---

- Pour y accéder :
  - Avoir suivi intégralement la formation
- Formation non certifiante

## Diplôme remis

---

- Attestation fédérale Tendance "Boxing Energy®"

## Points forts

---

- Une formation modulaire complémentaire afin d'enrichir ses compétences d'animateur
- Un contenu innovant pour répondre aux demandes des pratiquants
- Des outils clefs en main

## Pour aller plus loin

---

Nous vous conseillons de suivre, après cette formation, une autre spécialisation Tendance

## Durée et déroulé de la formation

---

Formation en centre : 14h

## Date(s), lieu(x) et volume horaire

---

28 et 29 octobre 2022 à Besançon

## Nombre de participants

---

15 stagiaires

## Dates limites d'inscriptions

---

17 octobre 2022

## Frais de formation

---

Frais pédagogiques : **560 euros**

Frais annexes (transport, hébergement, restauration) : A la charge du stagiaire ou employeur

## Renseignements et inscription

---

Comité Régional EPGV Bourgogne Franche-Comté  
14 H rue Pierre de Coubertin – 21000 DIJON  
Tél : 03 80 43 88 62  
Courriel : [bfc@comite-epgv.fr](mailto:bfc@comite-epgv.fr)



