



PACK MARCHÉ NORDIQUE & MARCHÉ ACTIVE

UNIVERS OXYGÈNE

35h de formation

Lieu : Yonne (89)



CARDIO
●●●●○



ÉQUILIBRE
●●○○○



SOUPLESSE
●○○○○



RENFORCEMENT
MUSCULAIRE
●●●○○



Formation ouverte à tous les
animateurs Sport Vitalité

VOLUME HORAIRE

35 heures de formation

Formation en centre : **28h**
Mise en Situation Professionnelle en
structure : **4 séances encadrées**
Formation en centre : **7h**

CALENDRIER

→ **Regroupement** : 26 au 29 octobre 2026

→ **Certification** : 23 avril 2027

LIEU DE FORMATION

Yonne (89)

TARIF

Frais pédagogiques : **1400€**
Frais d'inscription : **30€**
Financement : OPCO, FAF,
AGEFICE, FIFPL.
Auto-financement : nous-contacter

EFFECTIF MAX

15 stagiaires

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

5 octobre 2026

► DESCRIPTIF DE LA FORMATION

La formation Marche Nordique et Marche Active Sport Santé permet de développer les compétences pour animer en sécurité des séances ou des programmes dans une perspective sport-santé.

Idéal pour enrichir les animations Sport Vitalité à l'extérieur avec une activité dans l'air du temps !

► PUBLIC

- Titulaire du diplôme "Animateur 1er degré Adultes ou Seniors 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

► PRÉ-REQUIS

- Être licencié à la FFSV
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Educateur Sportif (transmettre une copie de la carte professionnelle)
- Maîtrise technique de l'activité

► OBJECTIFS

- **S'approprier** les caractéristiques de l'activité et les connaissances théoriques et pédagogiques qui y sont rattachés
- **Concevoir** des séances et/ou un programme de Marche Nordique Sport-Santé répondant à des intentions éducatives diverses
- **Maîtriser** les recommandations de mise en sécurité liées à l'activité
- **Permettre** une pratique sportive efficace pour la santé

► 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. Contacter le référent handicap, Raphaël PEAUROUX, au 06 89 01 22 05 ou : raphael.peauroux@comite-epgv.fr

► MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

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

► ÉQUIPE D'ENCADREMENT

Directeur de formation : **Emmanuel BONNAVENTURE**
Conseiller de formation : **Cédric HENRY**

CONTENUS DE LA FORMATION

- Présentation des formats de séances
- Contenu des séances : test d'allure, technique, travail cardio (fractionné court, long, fart- lek...), préparation Physique Générale (PPG)
- Élaboration de séances et ou de programmes d'entraînement à la MA et à la MN
- Présentation à un challenge
- Perfectionnement de la technique de MA et de MN et situations d'apprentissage
- Information sur la sécurité et le cadre juridique pour une animation de MA et de MN

OUTILS DE FORMATION

- Manuel de formation

POINTS FORTS

Participer à un concept innovant, comprendre les processus de planification des progression liés à la Marche Nordique pour un niveau débutant à intermédiaire.

MODALITÉS DE CERTIFICATION ET DE VALIDATION

Pour y accéder :

Avoir animé un minimum 1 cycle de 4 semaines (4 semaines encadrées et 4 en autonomie) + Réaliser un compte rendu d'activité

Épreuves d'évaluation :

- Présentation d'une étude de cas / Analyse de situations professionnelles (évaluation 20 min : 12 min de présentation et 8 min de questions)
- Épreuve d'animation d'une séquence tirée au sort
- Épreuve de connaissances sous forme de Quiz de 20 questions en 20 minutes

Évaluation formative :

- Quiz / Questionnaires
- Mises en situation pratique
- Animation des séquences
- Études de cas

DIPLÔME REMIS

Certificat fédéral «Marche Nordique et Marche Active Sport-Santé»

DÉROULÉ DE LA FORMATION

Regroupement

26 au 29 octobre 2026

Certification

23 avril 2027

LIEU DE FORMATION

Yonne (89)

FRAIS DE FORMATION

Tarif

Frais pédagogique : 1400€ / Frais d'inscription : 30€

Financement : OPCO,FAF, AGEFICE, FIFPL

Auto-financement : aide possible, contactez-nous.

Réalisez votre inscription en ligne !



Renseignements et Inscriptions

0380438862 ou 0675180064

bfc@comite - epgv.fr