

# SPORT SANTÉ

## STAGE FÉDÉRAL FFAAA

# 2024



**GILLES RETTEL**  
SHIHAN, 7<sup>e</sup> DAN UFA  
DESJEPS  
INST. DE FORMATION



**FLORENCE GALTIER**  
3<sup>e</sup> DAN UFA  
MÉDECIN FÉDÉRAL



**ALAIN WEBER**  
4<sup>e</sup> DAN UFA  
DEJEPS  
COM. MÉDICALE

**16 & 17**  
**MARS 2024**

**SAMEDI : 9H - 12H / 13H30 - 18H30**  
**DIMANCHE : 8H30 - 12H30**

TREPLIN SPORT FORMATION  
CAMPUS LA BRUNERIE  
180 BOULEVARD DE CHARAVINES  
38500 VOIRON

**FORMATION GRATUITE RÉSERVÉE AUX ENSEIGNANTS FFAAA & FFAB**  
**INSCRIPTION & HÉBERGEMENT SUR LE SITE FFAAA**



## ● OBJECTIFS

Sensibiliser et former les enseignants au Sport Santé Bien-Être :

- Comprendre l'organisation du SSBE en France et dans nos Fédérations
- Connaître 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

## ● ÉVALUATION

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

## ● DURÉE

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

## ● LIEU

Campus Tremplin Sport, Voiron (180 Boulevard de Charavines, 38500 Voiron)

Plus d'infos : [www.tremplinsportformation.fr/](http://www.tremplinsportformation.fr/)

## ● TARIFS & RÉSERVATION

Gratuit pour les enseignants de la FFAAA et de la FFAB (déjeuner et dîner du samedi inclus)  
Hébergement et petit-déjeuner à la charge du stagiaire.

**Réservation** : <https://www.helloasso.com/associations/ffaaa/evenements/stage-sport-sante>

**Inscription obligatoire avant le 31 janvier 2024. Attention, places limitées !**