



# FORMATION FEDERALE

## Animateur Fédéral des activités Gymniques Spécialisé Public Sénior

Lyon (69)  
du 19 au 24 avril 2010

**Date limite d'inscription : 19 mars 2010**



# Animateur Fédéral des Activités Gymniques spécialisé Public Senior

Lyon (69)  
du 19 au 24 avril 2010



## **Public :**

Tout licencié à la F.F.G âgé de plus de 16 ans dans l'année de référence de la licence.

Exemple pour la saison 2009-2010 les licenciés nés en 1994 .

## **Objectif :**

Animation en autonomie pédagogique d'un groupe de pratiquants de 50 ans et plus dans les activités gymniques.

## **Contenus de la formation :**

- Maîtriser les principes de base des activités gymniques cardio-vasculaires, d'expression et d'entretien (suivi de cours...),
- Reproduire et de modifier des séances types de base d'animation des activités gymniques cardio-vasculaires, d'entretien et d'expression,
- Animer des séances d'animation des activités gymniques cardio-vasculaires, d'entretien et d'expression visant des objectifs adaptés aux publics seniors,
- Se situer dans un parcours de formation

## **Contact :**

**Direction de la Formation et de l'Emploi**  
**01 48 01 24 28**  
**contact@ffgym.fr**

## **Déroulement :**

**Dates :** du 19 au 24 avril 2010

**Lieu :** Lyon (département 69)

**Volume horaire :** 35h

**Effectif :** 15 à 20 personnes

**Coût pédagogique :** 230 € (à l'ordre de l'INF)

**Hébergement et repas :** à la charge du candidat

## **Attention**

- Pour vous inscrire et suivre cette formation, vous devrez être impérativement en possession de votre licence 2010

**Se former à la FFG, c'est la Gym Qualité !**