

BIKING



OBJECTIF

Acquisition de techniques d'encadrement de séances de remise en forme en cours collectifs de type Biking.

PUBLIC VISÉ

- ➔ Éducateurs sportifs
- ➔ Personal trainer
- ➔ Diplômés BPJEPS AF ou APT ou diplôme équivalent

COMPÉTENCES VISÉES

- A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable :
- ➔ De maîtriser les fondamentaux techniques de l'activité Biking
 - ➔ D'identifier l'impact psychologique d'une séquence de Biking
 - ➔ De mettre en place une séance de Biking adaptée aux différents publics potentiels

ORGANISATION GÉNÉRALE

- ➔ Inscription : avant le 8 février 2021
- ➔ Dates: le 15 février et 16 février 2021
- ➔ Durée: 14h00 de formation
- ➔ Lieu : ADPS Formation

MOYENS PÉDAGOGIQUES

SÉQUENCES DE FORMATION COLLECTIVES EN SALLE :

- ➔ Cours magistraux
- ➔ Travaux dirigés individuels ou collectifs
- ➔ Remise de dossiers techniques et des contenus de formation aux stagiaires

TRAVAUX PRATIQUES EN SALLE DE REMISE EN FORME ET EN EXTÉRIEUR:

- ➔ Suivi de séances animées par le formateur
- ➔ Mise en application de séances par les stagiaires

BIKING

TARIF

- Frais pédagogiques: 280€(14h x20€/h)
- Repas du midi pris en charge

FINANCEMENTS

- Formation professionnelle continue via OPCO (faire les demandes au plus vite)
- Financement personnel

FORMATRICE

Madame Isabelle PEREIRA

Éducatrice sportive, responsable pôle APA(BEES1
Basket-ball, BPJEPS AGFFC et D, DUT de
Biologie option diététique, Licence STAPS
Motricité)



CONTACT



contact@adps-formation.com
Site internet : www.adps-formation.com



04.73.30.44.65



ADPS Formation