

Nagez Forme Bien Être

Lieu : Salle Seyssinet + centre Aqua'expérience Seyssinet

Responsable formation et responsable pédagogique : RIGOUX Claire

Formatrice : Chrystelle SIBEL

	Jeudi 9 avril	Vendredi 10 avril	Samedi 11 avril
<b>MATIN</b>	<b>8h30 – 12h30</b> <b>Lieu : Salle</b> Accueil - Ouverture de stage Présentation fédérale Connaissance des publics Effets de la natation sur le pratiquant Effets des activités aquatiques sur le pratiquant <u>Claire RIGOUX - Chrystelle SIBEL</u>	<b>8h30 – 12h30</b> <b>Lieu : Salle</b> Le matériel Avec et sans musique La construction de séance <u>Chrystelle SIBEL</u>	<b>8h30 – 11h30</b> <b>Lieu : Salle</b> La construction de séance TP : Préparation de séance PM <u>Chrystelle SIBEL</u>
<b>MIDI</b>	12h30-13h45 Repas	12h30-13h45 Repas	11h30-12h30 Repas
<b>APRES-MIDI</b>	<b>13h45-15h15</b> <b>Lieu : Piscine</b> Mise en situation dans l'eau (séance dynamique)  <b>15h30-17h</b> <b>Lieu : Salle</b> TP : Réflexion en tant que pratiquant Travail sur coordination, sur le cardio, sur la chorégraphie <u>Chrystelle SIBEL</u>	<b>13h45-15h15</b> <b>Lieu : Piscine</b> Mise en situation dans l'eau (séance douce)  <b>15h30-17h</b> <b>Lieu : Salle</b> Travail postural, mobilité, équilibre Adaptation selon aptitudes physiques, morphologiques du pratiquant : cas particuliers Adaptation milieu grand bain <u>Chrystelle SIBEL</u>	<b>12h30-14h</b> <b>Lieu : Piscine</b> Mise en situation d'éducateur  <b>14h15-17h</b> <b>Lieu : Salle</b> Retour de séance Rôle de l'éducateur Bilan de la formation  <u>Chrystelle SIBEL - Claire RIGOUX</u>