

La formation coach gym+ est une formation fédérale permettant aux stagiaires de se former à la méthode spécifique gym+ (activité de sport-santé de la FFGym). A travers cette formation, les coachs découvrent de nouvelles techniques de gymnastique. Dès l'obtention de leur certification, les coachs sont de réels experts du geste juste, capables de dispenser des séances gym+ à tous les adultes qu'ils soient en pleine santé ou porteurs de pathologies (maladies chroniques, affections de longue durée). Une attention particulière est portée aux problématiques de lombalgie.

Le taux de réussite était de 70% en 2022-2023, 86% en 2021-2022 et 2020-2021.

Après l'obtention de la certification coach gym+, des modules complémentaires (FPC) sont proposés dans le but d'approfondir les connaissances des coachs sur des sujets variés.

OBJECTIFS

- Découvrir et maîtriser le concept gym+
- Maîtriser les principes de la méthode APOR (De Gasquet)
- Acquérir les compétences nécessaires à l'encadrement des publics atteints d'une ALD/maladie chronique
- Maîtriser les spécificités des différents publics accueillis dans les cours gym+
- Maîtriser les outils digitaux gym+

CONTENUS

- Les principes de la méthode APOR (Approche Posturo Respiratoire – De Gasquet)
- Spécificités des pratiquants ayant une ALD/maladie chronique (affection de longue durée)
- Programmes gymniques spécifiques pour les adultes

METHODES ET MOYENS PEDAGOGIQUES

- Méthodes pédagogiques :
 - » Formation en présentiel
 - » Formation en FOAD
- Moyens techniques :
 - » Accès à l'application web gym+
 - » Échanges avec les participants
 - » Cas pratiques
 - » Mise en situation
 - » Powerpoint
- Méthode d'évaluation :
 - » QCM
 - » Séance pratique sur un des trois programmes gym+
 - » Une conduite de séance en centre de formation avec un groupe de pratiquants
 - » Questionnaire en fin de formation

FORMATEURS

- Formateurs diplômés d'État ou de la branche professionnelle du sport formés à la méthode APOR
- Experts de la gymnastique
- Formateurs ayant suivi le processus de formation continue de la FFGym

PUBLIC

Public professionnel (salarié, travailleur indépendant, auto-entrepreneur)

Public bénévole

L'accès à la formation peut faire l'objet d'adaptation pour les personnes en situation de handicap. Pour plus d'informations, contacter l'Académie France Gymnastique.

PARTICIPANTS

13 stagiaires minimum

Le nombre de places est limité.

L'Académie France Gymnastique se réserve le droit d'annuler ou de reporter la formation en fonction du nombre d'inscrits

PRÉREQUIS / CONDITIONS D'ENTRÉE EN FORMATION

Entretien de positionnement

Être majeur et licencié à la FFGym

Signer le contrat du coach gym+

Pour les professionnels : être titulaire d'un diplôme permettant l'encadrement contre rémunération des activités de la gymnastique : (CQP AAG AGA-AGE/BP AGFF mention A, B et C/BP APT/BP Activités Gymniques/DE et DES liés aux activités gymniques/BEES APT/BEESAG et BEES 1 Gym/BEES TSA/Licence STAPS Education motricité, APA, Santé, Entraînement sportif/DEUG STAPS Animation sportive, Santé/DEUST STAPS Animation sportive, Santé ou Diplôme d'état de Kinésithérapeute).

Pour les bénévoles : être titulaire du PSC1, justifier de 3 ans d'expérience d'encadrement des activités gymniques et réussir le test de sélection.

DUREE ET COUT DE LA FORMATION

Formation organisée par l'Académie France Gymnastique.

» Durée : 80 heures en présentiel et 15 heures en FOAD

» Frais de dossier : 120€

» Frais pédagogiques : 2 147€

Les frais pédagogiques et les frais annexes sont à la charge de la structure/du participant.

Les formations proposées par l'Académie France Gymnastique sont éligibles aux financements des OPCO.

Responsable technique de la formation :

Thierry Gauvin

Contact : formation@ffgym.fr

INSCRIPTION :

Connectez-vous à votre espace licencié FFGym et [cliquez ici](#).

CALENDRIER DE FORMATION

(inscription avant le 31 août 2024) :

Test de sélection pour les bénévoles début octobre.

Région Centre Val de Loire (FOAD du 1^{er} octobre 2024 au 15 avril 2025)

Module 1	UFR STAPS ORLEANS (45) du 19 au 23 octobre 2024
Module 2	UFR STAPS ORLEANS (45) du 15 au 18 février 2025
Module 3	UFR STAPS ORLEANS (45) du 12 au 15 avril 2025

(sous réserve d'un nombre suffisant d'inscrits)

**Une session de formation aura lieu en Nouvelle Calédonie à partir de septembre 2024
(dates et lieu à préciser)**