



Ligue Belge Francophone d'Athlétisme (L.B.F.A.)

Formation de cadres sportifs

Moniteur Sportif Initiateur en Marche Nordique

Nouvelle structure de la formation – Formation hybride (distanciel puis présentiel)

La formation Moniteur Sportif Initiateur en Marche Nordique est à vocation pédagogique. Elle est destinée aux candidats désireux d'encadrer les pratiquants débutant la Marche Nordique.

Toutes les informations sur le site LBFA

<https://www.lbfa.be/fr/moniteur-sportif-initiateur-Marche-Nordique>

Pré-requis :

- Prendre connaissance du cahier des charges MSInitiateur à disposition sur le site LBFA .
- Être âgé d'au moins 18 ans au début de la formation
- Avoir réussi le brevet sécuritaire d'encadrant en Marche Nordique (ou avoir réussi l'ancien niveau de formation « moniteur animateur en Marche Nordique).
- Avoir réussi les cours généraux de l'ADEPS ou en être dispensé pour le niveau Moniteur Sportif Initiateur

Point d'attention :

- Atteindre un certain niveau technique en marche nordique est demandé. Vous pouvez consulter la grille d'évaluation concernant ce point en fin de document.

Modalités d'inscription – Dossier administratif¹

- Pré-inscription :
- ○ Remplir le formulaire d'inscription en ligne : [Cliquer ici](#).
- - Inscription définitive :
 - Compléter le dossier administratif en envoyant les documents suivants à valerie.stranart@lbfa.be
 - Une copie du brevet sécuritaire d'encadrant en Marche Nordique ou du diplôme de moniteur animateur en Marche Nordique ;
 - L'attestation de réussite/validation des CG Adeps du niveau MSInitiateur ;
 - Une copie recto de votre carte d'identité.
 - Effectuer le paiement du montant d'inscription et envoyer la preuve à Mme Stranart. Le paiement atteste de votre inscription définitive.

Nombre de participants :

- Minimum 6
- Maximum : 12

¹ Toutes les modalités d'inscription doivent impérativement être effectuées avant la date de clôture des inscriptions. Aucune inscription ne pourra être prise en considération après la date limite d'inscription.

Si le nombre minimum d'inscrits définitifs n'est pas atteint à la date de clôture des inscriptions, la formation est annulée. Un remboursement ou un report du droit d'inscription versé est alors effectué.

Profil de fonction

- Faire découvrir et diversifier l'activité marche nordique chez les marcheurs en privilégiant l'approche ludique et multiforme ;
- Animer et motiver à la pratique de la marche nordique ;
- Développer les habiletés motrices générales ;
- Développer les habiletés motrices spécifiques ;
- Fidéliser à l'activité ;
- Pouvoir restituer et enseigner les fondamentaux techniques de la pratique ;
- S'intégrer dans une équipe d'enseignants et/ou de dirigeants ;
- ⊖ Encadrer en toute sécurité les groupes de marcheurs lors des activités balades et randonnées sur tout terrain non alpin, non glaciaire et non avalancheux en période hivernale, et ce, dans des conditions techniques et atmosphériques normales *.
- *Autrement dit, tout terrain situé au-delà de la limite forestière naturelle, tant en altitude qu'en latitude, est hors compétence du MS Initiateur en marche nordique, sauf formation complémentaire et spécifique.

Public cible

A l'issue de cette formation, le candidat pourra encadrer :

- ⊖ Marcheurs de tout âge non-sujet à des pathologies spécifiques exigeant un suivi médical particulier
- Praticants « loisir » novices et débutants.
- Sportifs en phase de formation de base.

Schéma organisationnel général du dispositif de formation

Etape A : Partie générale > CG Adeps (prérequis à la partie spécifique)

Etape B : Partie spécifique

Etape B.1 : *Bloc de cours spécifiques en E-learning (+/- 4 heures)*

☐ ☐ Si et seulement si étape 1 validée > accès à l'étape B.2 ☐ ☐

Etape B.2 : *Bloc de cours spécifiques en présentiel (+/- 24 heures sur 3/4 jours) Présence + participation active obligatoire.*

☐ ☐ Si et seulement si étape 2 validée > accès à l'étape B.3 ☐ ☐

Etape B.3 : *Evaluation écrite (2 heures)*

☐ ☐ Si et seulement si étape 3 validée > accès à l'étape B.4 ☐ ☐

Etape B.4 : *Stage en club (10 séances). A finaliser dans les 4 mois qui suivent la réussite de l'examen écrit.*

Session : octobre 2025 – Louvain-la-Neuve

Dates		Etape 1 : E-Learning à partir du samedi 27/09/2025 Etape 2 : Cours présentiel : sa. 11 di. 12 et sa 18/10/2025 (entre 8h30 et 18h30) Etape 3 : Evaluation écrite : 1^{ère} session > lundi 10/01/2026 de 9h à 13h 2^{ème} session > lundi 24/01/2026 de 9h à 13h Etape 4 : Stage en club (10 séances) : A déterminer
Adresse		Hall sportif complexe Blocry Place des Sports 1 à 1348 Louvain-la-Neuve Entrée par la Blvd de Lauzelle 5 (grille noire), parking le long du Blvd
Matériel		Tenue sportive et bâtons de marche, chaussures pour intérieur et extérieur matériel pour prise de notes Pique-nique ou accès à la cafétéria du Blocry
Inscription²	Modalités	Pré-inscription en ligne obligatoire : Lien Inscription définitive : Lorsque le dossier administratif est complet et le droit d'inscription versé
	Clôture²	Clôture des inscriptions le jeudi 02/10/2025 à midi au plus tard ou avant si quota maximum atteint.
	Droit	250€ pour les affilié(e)s LBFA 350€ pour les autres candidats A verser sur le compte LBFA : BE94 7340 0478 2614 Communication : Nom Prénom + MSIni MNO 2025
Nombre de participants		Minimum : 6 - Maximum : 12 <i>Si le nombre minimum d'inscrits définitifs n'est pas atteint au moment de la clôture des inscriptions, la formation est annulée. Un remboursement ou un report du droit d'inscription versé est alors effectué.</i>
Contact		Mme Valérie STRANART valerie.stranart@lbfa.be - 02/47.47.202 Avenue de Marathon 119D – 1020 Bruxelles

² A cette date de clôture, plus aucune inscription ne sera acceptée et les « pré-inscriptions » seront annulées.

FORMATION Initiateur Marche Nordique 2025.1						
samedi	11-10-25	08h30 - 13h30	5h	Fondamentaux technique: la boîte à outil du MSin	M Colmant	Louvain-La-Neuve
		14h00 - 17h30	3h30	Méthodologie et didactique de la MN	M Colmant	
dimanche	12-10-25	8h30 - 13h30	5h	Fondamentaux technique: maitrise technique du MSin	C Vinckenbosch	
		14h00 - 16h30	2h30	Séances et cycle d'initiation	M Colmant	
samedi	18-10-25	08h - 10h	2h	Anatomie et physiologie spécifiques à la MN	S Duquenne	Louvain-La-Neuve
		10h00 - 13h00	3h	Gestion de groupe en randonnée 2	M De Vlaminck	
		13h30 - 17h30	4h	Echauffement et retour au calme	M Colmant	
Samedi	10-01-26	9h30 à 15h30	Evaluation		Colmant - Vinckenbosch	Louvain-La-Neuve

Fiche individuelle d'évaluation de la technique de Marche Nordique – Module CS 132

Niveau Moniteur Initiateur

Exigence minimale de réussite :

Maximum 2 critères sont notés comme insuffisant

Conséquences d'un échec :

Représenter en seconde session

- Nom :
- Prénom :
- Evalueur :

	Excellent	Satisfaisant	Insuffisant
1. Marche alternée			
2. Usage des bâtons en coordination croisée			
3. Engagement du bâton vers l'avant de manière dynamique			
4. Phase de poussée, main ouverte, bras long			
5. Phase de retour main fermée, bras long			
6. Bâton au sol, formant un angle de 60 °			
7. Implantation du bâton de façon souple et précise au milieu du pas			
8. Maintien d'un appui dynamique dans le gantelet			
9. Main dépassant la hanche en arrière lors de la propulsion			
10. Redressement du tronc de manière fonctionnelle et dynamique			
11. L'augmentation des amplitudes des mouvements des bras, du tronc et des jambes			
12. Rotation du tronc en accord avec l'amplitude du pas			
13. L'ajustement de l'amplitude du pas à la taille du marcheur, à ses capacités motrices et physiologiques, à la taille de ses bâtons			