



Moniteur Sportif Animateur (MSAnim) LBFA - Athlétisme

ANIMATEUR EN ATHLETISME - 2023

WACO

Horaire de la formation (2 jours)				
Horaire	Code	Cours	Type	Durée (min)
JOUR 1 - 4/11/2023				
09h - 09h30	/	Brise-glace / explication bloc moodle	échanges	30
09h30 - 11h00	CS031	Sprint/Haies/relais: mise en situation	pratique	90
11h00 - 12h00	CS022	Présentation kids'athlétics	théorie	60
12h00 - 13h00	<i>Pause de midi</i>			
13h - 14h30	CS031	Lancers: mise en situation	pratique	90
15h00 - 16h30	CS031	Sauts: mise en situation	pratique	90
16h30 - 17h00	/	Préparation de la séance d'entraînement en club		
JOUR 2 - 18/11/2023				
09h00 - 09h30	CS022	Préparation kids'athlétics	pratique	30
09h30 - 11h30	CS022	Animation Kids'athlétics	pratique	120
11h30 - 12h00	CS022	Débriefing Kids'athlétics	échanges	30
12h00 - 13h00	<i>Pause de midi</i>			
13h - 13h30	/	Débriefing des auto-évaluation des candidats suite à leur préparation d'une séance d'entraînement dans leurs clubs	échanges	30
13h30 - 14h30	CS031	aérobic mise en situation	pratique	60
14h30 - 16h00	CS031	Retour sur l'ensemble des fondamentaux techniques	pratique	90
16h30 - 17h00	/	Evaluation de la formation et auto-évaluation du kids'athlétics	échanges	30