

PREROGATIVES

- Conduit et encadre un projet de découverte, d'animation ou d'entraînement.
- Elabore des contenus pédagogiques
- Participe à la conception et à la mise en place du projet club.
- Participe au fonctionnement et à la gestion de l'association.
- Participe à la gestion et à la promotion du triathlon

PRE REQUIS



- Etre titulaire du BF5
- Etre licencié(e) à la F.F.TRI
- Etre titulaire du BNSSA

CALENDRIER DE FORMATION



Date limite des inscriptions le 07 octobre dans la limite des 25 premiers dossiers complets

- 12-13 octobre 2019 (Creps de Wattignies)
- 09-10 novembre 2019 (Creps de Wattignies)
- 07-08 décembre 2019 (Montdidier)
- 11-12 Janvier 2020 (Creps de Wattignies)
- 08-09 Février 2020 (Creps de Wattignies)
- 15-16 Mai 2020 (Examen Creps de Wattignies)

COUT DE LA FORMATION

- 1200 €uros (Prise en charge OPCA)
- 700 €uros (Financement personnel)

S'INFORMER, S'INSCRIRE

Ligue de triathlon HDF

Complexe Sportif Maurice Baude
Route de Bourbourg
59820 GRAVELINES
03 28 22 06 79

cyril.chambelland@triathlonhdf.fr

S'inscrire



Contenus



- Analyse du triathlon
- Physiologie et méthodologie de l'entraînement
- Préparation Physique
- Nutrition et performances sportives
- Déterminants psychologiques
- Modes de locomotion et enchainements
- EFT et ENF1
- Intégrité physique des pratiquants



80h en centre

60h en structure