



# FORMATION ANIMATEUR STANDARD

## CLE EN MAIN

### Programme de Formation (version 09.10.2024)

---

#### Public visé

- Animateurs sportifs professionnels issus de la branche des métiers du sport (BP JEPS / CQP / Licence Staps / ...) actifs ou non au sein du réseau Swedish Fit
- Animateurs sportifs bénévoles issus des associations sportives partenaires Swedish Fit
- Animateurs sportifs stagiaires en cours de CQP ALS AGEE ou CQP INSTRUCTEUR FITNESS – en stage au sein de Swedish Fit
- Signataire d'un contrat de Licence

#### Prérequis

- Pratique régulière des activités Swedish Fit et en particulier de l'activité Standard
- Titulaire d'un CQP ALS, BPJEPS ou Licence Staps & d'une carte professionnelle Animateur Sportif (*prérequis obligatoire seulement pour les acteurs du secteur commercial*) ou animateurs sportifs stagiaires en cours de CQP ALS AGEE ou CQP INSTRUCTEUR FITNESS – en stage au sein de Swedish Fit ou signataire d'un contrat de Licence
- Valider le recrutement d'entrée Swedish Fit (si non-actif au sein du réseau)

#### Objectifs de l'action de formation

Être en mesure d'animer des cours collectifs Clé en Main en activité Standard Swedish Fit

Organisme de Formation Swedish Fit

22 rue Chaudron – 75010 Paris

enregistré sous le NDA : **11755495175** – Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat

**Nature de l'action :** L'action suivie est une action de formation

## **Objectifs pédagogiques de la formation :**

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Comprendre la construction d'un programme Standard,
- Exécuter les enchaînements selon des critères techniques précis : rythme, posture, technique du mouvement,
- Animer le programme Clé en Main dans l'esprit du concept Swedish Fit

## **Moyens pédagogiques utilisés**

- Face à face pédagogique
- Apports théoriques
- Mise en situation & analyse
- Accompagnement & conseils sur l'exécution et l'animation du cours Clé en Main durant le week-end

## **Modalités & délais d'accès**

- Dossier d'inscription complet (*à envoyer 15 jours au plus tard avant le début de la formation*)
- Validation du financement / règlement
- Signature du contrat de formation
- Positionnement : Observation pratique à l'entrée en formation (Jour 1) sur le suivi d'une session Standard

Accueil des personnes en situation d'handicap : Veuillez nous contacter pour établir un protocole d'accueil personnalisé.

Patricia Pelletier

Tel : 01 45 00 18 22

Mail : [patricia.pelletier@swedishfit.com](mailto:patricia.pelletier@swedishfit.com)

Nombre de stagiaires inscrits minimum : 7 / Nombre de stagiaires inscrits maximum : 20

## Durée & lieu de la formation

- 14 heures (en fonction de la session) sur 2 jours
- Formation en présentiel le week-end
- Horaires de formation : 9h – 12h30 & 13h30 – 17h
- Lieu de la formation : Swedish Fit, 22 rue Chaudron 75010 Paris
- En Externat (*ni restauration, ni hébergement*)

## Déroulé & contenus de la formation

- Alternance de modules théoriques & modules pratiques
- Les contenus abordés lors de la formation sont les suivants :
  - Rappel sur le concept Swedish Fit
  - Définition de l'activité Standard
  - Rappels anatomiques, physiologiques
  - Mouvements spécifiques de l'activité Standard
  - Mise en situation pratique
  - Coaching technique personnalisé

## Modalités d'évaluation des acquis de la formation

- Autoévaluation & évaluations continues lors de la formation pendant les mises en situation individuelle
- Bilan individuel écrit envoyé au stagiaire
- Animateur du réseau Swedish Fit : évaluation finale en vidéo par un évaluateur Swedish Fit - au plus vite après la formation (compétences évaluées : Connaissance du Programme, Technicité, Animation)
- Signataire d'un contrat de licence : évaluation finale lors du week-end de formation avec avis « Favorable » ou « Défavorable » de la part du formateur (critères principaux d'évaluation : Technicité, Animation)
- Certification Animateur Standard – Condition d'obtention: 100% d'assiduité en formation & validation de 75% minimum des compétences attendues (Session de rattrapage possible) et remise d'un Certificat format papier sur demande à l'issue de la formation

## Tarif de la formation

- Sur devis - Nous contacter par mail

## Prochaines formations

- Samedi 12 & dimanche 13 Octobre 2024, date limite d'inscription : 20 Septembre 2024
- Samedi 11 & dimanche 12 Janvier 2025, date limite d'inscription : 19 Décembre 2025
- Samedi 5 & dimanche 6 Avril 2025, date limite d'inscription : 13 Mars 2025

## Renseignements & Inscription à la formation :

- Fiona Le Gousse-Delanhy – Coordinatrice Formation  
Tel : 01 83 62 88 72  
Mail : [formation@swedishfit.com](mailto:formation@swedishfit.com)