

FORMATION RENFORCEMENT MUSCULAIRE 10 MARS 2021

Cette formation est à destination des animateurs et animatrices bénévoles de la FSGT 93, pour acquérir de nouvelles compétences en animation de séance de renforcement musculaire (circuit training). Elle est organisée par la FSGT 93 et la section +50 ans de l'USMA Saint-Ouen qui accueillera cette formation en présence d'une formatrice diplômée en activités physiques et sportives adaptées.

Date : 10 mars 2021 de 8h30 à 12h

Lieu : Stade Pablo Neruda, 17 rue Salvador Allende 93400 SAINT-OUEN

Condition : être bénévole d'un club FSGT, animateur-trice des sections +50 ans

Tarif : 5 € / personne

DÉROULÉE DE LA FORMATION

8h30 – 9h30 : Présentation de la formation, échanges autour des contenus et des attentes (en salle – masque obligatoire)

9h30-11h : Formation pratique en extérieur (sur le stade), animation par les participant.e.s

11h – 12h : Retour sur la formation, échanges autour d'un pot de l'amitié

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

NOM et Prénom : _____

Club : _____

Liste d'inscrits du club :

Nom	Prénom	Mail	N° de licence

Contact et inscription

amarandel@fsgt93.fr

01.48.31.97.55

www.fsgt93.fr

