

PLANNING BFA

Horaires	15/11	16/11	29/11	30/11
8h30	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Accueil (30 min) ➤ Présentation du stage (V.TERRIER, C.JONARD) (30 min) ➤ L'Ecole de Vélo (définition, objectifs, activités, rôle de l'initiateur) (V.TERRIER) (2h00) ➤ Position de base (C.JONARD) (1h00) 	<p>Théorie</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'ensemble Homme/machine (V.TERRIER) • Compétitions Officielles FFC et rôle des commissaires (C.JONARD) 	<p>Théorie</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Physio et Psycho de l'enfant (C.JONARD) (2h00) • Cadre Institutionnel et Réglementation chez les jeunes (C.JONARD) 	<p>Théorie</p> <ul style="list-style-type: none"> • La sécurité • Hygiène de vie et Esprit sportif (V.TERRIER) (1h00) ➤ La pédagogie adaptée au cyclisme (V.TERRIER) (1h00) <p>Préparation de séances péda (30min)</p>
12h30	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner
14h00	<p>Pratique</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Initiation à la piste (C.JONARD, V.TERRIER) <p>Théorie Piste (V.TERRIER, C.JONARD) (1h30)</p>	<p>Pratique</p> <ul style="list-style-type: none"> • Initiation au BMX (A.BOTTAZZI) 	<p>Théorie</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Initiation à l'Orientation, (V.TERRIER) (1h00) <p>Pratique</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Vélo orientation ➤ Parcours d'habileté (V.TERRIER, C.JONARD) (2h00) 	<p>Dernières préparations des séances péda (30min)</p> <p>Animations des séances</p> <p>Retour en salle sur les séances</p> <p>Bilan de la formation, explication sur les livrets et sur le contrôle terminal.</p>
18h00				
19h00	Dîner		Dîner	
20h00	<p>Vidéo</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Le VTT dans tous ses états (1h00) 		<p>Mécanique</p> <ul style="list-style-type: none"> • Principaux réglages, réparation. 	