

Moniteur Sportif Educateur - Demi-fond, Fond, Steeple, Hors Stade et Trail



Session Carnaval 2020 - LLN



Date	Horaires	Module	Cours	TH/PR	H	Form	Lieu
sam 22-02	9h30 - 10h30	CS223	Stage didactique	TH	1	TD	Classe1
	10h30 - 12h30	CS232	Stretching	TH/PR	2	TD	Classe1
	13h30 - 15h30	CS231	Musculation de Base	TH	2	TD	Classe1
	15h30 - 17h30	CS231	Musculation de Base	PR	2	TD	Classe1
	17h30 - 19h30	CS222	Technologie au service de l'athlétisme	PR	2	TD	Classe1
dim 23-02	15h00 - 16h00	CS211	Organisation des structures fédérales	TH	1	MV	Classe1
	16h00 - 18h00	CS212	Règlement technique	TH	2	MV	Classe1
	18h00 - 19h00	CS241	Sécurité athlétique	TH	1	MV	Classe1
lun 24-02	8h30 - 9h30	CS221	Méthodologie et gestion de groupe	TH	1	AM	Classe1
	9h30 - 12h30	CS224	Particularité fond: montagne, trail	TH	3	AM	Classe1
	13h30-14h30	CS224	Particularités 1/2 fond & fond	TH	1	AM	Classe1
	14h30-16h30	CS224	Fondamentaux de base	TH	2	AM	Classe1
	17h15-19h15	CS222	Analyse biomécanique	TH	2	AM	Classe1
	19h15-20h15	CS225	Techniques	TH	1	AM	Classe1
mar 25-02	8h30 - 9h30	CS225	Techniques	TH	1	AM	Classe1
	9h30-11h30	CS225	Techniques	PR	2	AM	Hall
	11h30-12h30	CS233	Qualités physiques et leur efficacité	TH	1	AM	Classe1
	13h30-18h30	CS233	Qualités physiques et leur efficacité	TH	5	AM	Classe1
	18h30-19h30	CS234	Périodisation et organisation	TH	1	AM	Classe1
mer 26-02	8h30-10h30	CS234	Périodisation et organisation	TH	2	AM	Classe1
	10h30-12h30	CS234	Périodisation et organisation	TH	2	AM	Classe1
	13h30-15h30	CS237	Applications	PR	2	AM	Classe1
	16h00-19h00	CS234	Périodisation et organisation	TH	3	AM	Classe1
jeu 27-02	8h30-11h30	CS235	Moyens et formes d'entraînement	TH/PR	2	AM	Classe1
	11h30-12h30	CS235	Moyens et formes d'entraînement	TH/PR	2	AM	Classe1
	13h30-15h30	CS235	Moyens et formes d'entraînement	TH	2	AM	Classe1
	16h00-18h00	CS236	Evaluation	TH	2	AM	Classe1
	18h00-20h00	CS236	Evaluation	PR	2	AM	Classe1
Ven 28-02	8h30-09h30	CS238	Renforcement musculaire spécifique	TH	1	AM	Classe1
	09h30-12h30	CS238	Renforcement musculaire spécifique	PR	3	AM	Classe1
	13h30-14h30	CS237	Applications	PR	1	AM	Classe1
	14h30-20h30	CS225	Montagnes -Trail	PR	6	RI	Bois

63 /63h

Formateurs

AM André MAHY
 RI Roger IGO
 MV Martine VANDENBROUCK
 TD Thibaut DUVAL

Lieux

Hall indoor
 LOUVAIN-LA-NEUVE