



Ligue Belge Francophone d'Athlétisme (L.B.F.A.)

## Formation de cadres sportifs

# Formation animateur en Athlétisme

## Marche Nordique

<http://www.lbfa.be/web/moniteur-sportif-animateur>

La **formation Animateur Marche Nordique** a été mise sur pied en 2019 au sein de la LBFA. Elle est destinée aux personnes qui veulent prendre en charge un groupe dans un club ou une section de marche nordique, dans le cadre de randonnées. L'animateur n'est pas chargé d'enseigner la technique, mais il a suffisamment de bases pour corriger, au besoin, les erreurs techniques des pratiquants.

Cette formation s'inscrit dans le cursus de formation de l'ADEPS, comme la première porte d'entrée dans l'encadrement de marcheurs, tous âges confondus.

Le brevet d'animateur est homologué/certifié, et donc reconnu, par la Fédération Wallonie-Bruxelles au terme du cursus. *Le Moniteur Sportif Animateur en Marche Nordique est toujours accompagné d'un responsable pédagogique (MS Initiateur).*

**Objectifs** Soutien à l'encadrement des marcheurs sous la supervision d'un responsable de club et/ou d'un moniteur sportif diplômé ;  
Animer et motiver à la pratique de la marche nordique ;  
Fidéliser à l'activité marche nordique ;  
Encadrer en toute sécurité les groupes de marcheurs lors des activités balades et randonnées.

**Public cible** Marcheurs de tout âge, non sujet à des pathologies spécifiques sujettes à un suivi médical particulier ;  
Pratiquants « loisir » novices et débutants ;  
Sportifs à la recherche de découvertes d'activités physiques et sportives.

**Pré-requis** Être âgé de 18 ans dans l'année de la formation ;  
Être en ordre d'affiliation et d'assurance à la LBFA ou dans une Fédération d'athlétisme régionale, nationale ou internationale reconnue par World Athletics ;  
Avoir suivi une initiation complète et pratiquer la marche nordique de façon régulière (3 à 4h00/semaine) pendant minimum six mois (soit +/- 70 heures) au sein d'un club reconnu par la LBFA ou faire valoir un niveau de pratique identique via le dossier VAE. Le module « Une pratique en toute sécurité : les 1ers soins en milieu sportif » doit être suivi auprès de la LFBS. Ce module peut être suivi à tout moment du parcours de formation (avant, pendant ou après la formation).

**Contenus** CS 0.1.1 Cursus de formation LBFA-ADEPS (0h30)  
CS 0.1.2. Marche nordique et code de la route (1h30)  
CS 0.1.3. Marche nordique et code forestier (1h30)  
CS 0.2.1 Gestion de groupe en randonnée (2h30)  
CS 1.2.2. Les échauffements en marche nordique (MN) (2h30)  
CS 0.2.3. Retour au calme et stretching (2h30)  
CS 0.3.1 Les fondamentaux techniques de la MN (4h00)  
CS 0.3.2. Orientation et repérage en MN (2h00)  
CS 1.4.1. Prévention en sécurité en MN (2h30)  
CS 0.5.1. Charte nordique (1h30)

- Déroulement** Suivre les 21 heures de cours théoriques et pratiques (4 journées) – **80% de présence requis.**  
L'évaluation est formative et continue lors de la formation. L'objectif est de pouvoir donner des clés pratiques à l'animation d'un groupe de marcheurs, suite à leur expérience lors de cette unité de formation.
- Coût** 130€ pour les affiliés LBFA ;  
150€ pour les affiliés à un club d'athlétisme ou de marche nordique autre qu'à la LBFA.
- 

## Session : MNO Anim 2020 à Louvain-la-Neuve

- Dates** Les samedis 19/09, 24/10, 31/10 et 07/11/2020.
- Adresse** Hall sportif de Louvain-la-Neuve, 1 place des sports à 1348 Louvain-la-Neuve.
- Matériel** Les candidats viendront avec une tenue sportive adaptée à la pratique de la marche nordique et avec leurs propres bâtons, pour l'ensemble de la formation.
- Inscription** <https://forms.gle/AgLDN4DUkfmLyJYe7>  
Fin des inscriptions le mardi 1<sup>er</sup> septembre 2020 où quand le quota est atteint.  
**Remarque** : une session est maintenue avec un minimum de 8 inscrits.
- Dans la semaine qui précède le 1<sup>er</sup> cours, un mail d'invitation, mentionnant toutes les informations sur l'organisation, est envoyé aux candidats.**
- Paiement** Compte LBFA : BE94 7340 0478 2614  
Communication : MNO Anim. 2020 + Nom Prénom
- Contact** Mme Frédérique Deroubaix - [frederique.deroubaix@lbfa.be](mailto:frederique.deroubaix@lbfa.be) - 02/47.47.202.