



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

Formation de cadres sportifs

Formation Initiateur en Marche Nordique (MNO)

MSIn MNO 2021

La **formation Initiateur 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.

Le Moniteur Sportif Initiateur aura les connaissances pour enseigner les bases techniques fondamentales nécessaires à la pratique d'une marche nordique de qualité et mettra en application les données et informations reçues en stage de formation. Il pourra intervenir dans toute action relevant du domaine de la sensibilisation (démonstrations, découvertes, initiations) et capable d'utiliser toutes les formes d'apprentissage.

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.

Objectifs	<p>Faire découvrir et diversifier l'activité marche nordique chez les marcheurs en privilégiant l'approche ludique et multiforme ;</p> <p>Animer et motiver à la pratique de la marche nordique ;</p> <p>Développer les habiletés motrices générales ;</p> <p>Développer les habiletés motrices spécifiques ;</p> <p>Fidéliser à l'activité ;</p> <p>Pouvoir restituer et enseigner les fondamentaux techniques de la pratique ;</p> <p>S'intégrer dans une équipe d'enseignants et/ou de dirigeants ;</p> <p>Encadrer en toute sécurité les groupes de marcheurs lors des activités balades et randonnées sur tout terrain non alpin, non glaciaire et non avalancheux en période hivernale, et ce, dans des conditions techniques et atmosphériques normales *. *Autrement dit, tout terrain situé au-delà de la limite forestière naturelle, tant en altitude qu'en latitude, est hors compétence du MS Initiateur en marche nordique, sauf formation complémentaire et spécifique.</p>
Public cible	<p>Marcheurs de tout âge, non sujet à des pathologies spécifiques sujettes à un suivi médical particulier</p> <p>Pratiquants « loisir » novices et débutants.</p> <p>Sportifs en phase de formation de base.</p>
Pré-requis	<p>Être âgé de 18 ans <u>au moment</u> de la formation (date du 1^{er} cours);</p> <p>Être en ordre d'affiliation et d'assurance à la LBFA ou dans une Fédération d'athlétisme régionale, nationale ou internationale reconnue par WA</p> <p>Avoir le brevet d'Animateur en Marche.</p> <p>Avoir réussi les cours généraux de l'ADEPS ou en être dispensé pour le niveau Moniteur Sportif Initiateur. Envoyer une copie à la LBFA.</p>

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 VAFE. Attestation du club à envoyer à la LBFA.

Un test technique est exigé. Celui-ci a pour but que le candidat démontre, lors d'un test programmé ou par vidéo, sa maîtrise des bases techniques fondamentales de la MNO.

Si ce n'est déjà fait au niveau Animateur, avoir suivi la formation « Une pratique en toute sécurité : les 1ers soins en milieu sportif » ou équivalent.

Contenus	CS1.2.1 Méthodologie et gestion de groupes (3h30) CS1.2.2 Séances et cycles d'initiation (2h30) CS1.2.3 Stage didactique (11h00) CS1.3.1 Fondamentaux techniques, la boîte à outils du MSIn (5h00) CS1.3.2 Anatomie et physiologie appliquées à la MNO (2h30) CS1.3.3 Techniques particulières en MNO (2h00)
Déroulement	Suivre les 26h30 de cours théoriques et pratiques – 80% de présence requis Pour les cours pratiques, la présence est exigée à 100%
Coût	175 € pour les affiliés dans un club de marche nordique ou d'athlétisme reconnu par la LBFA. 350 € pour les non affiliés.

Session : MSIn MNO 2021

Dates	le 30 octobre 2021, les 20 et 27 novembre 2021, le 15 janvier 2022.
Adresse	Louvain la Neuve - Hall sportif, Rue des sports 1 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/qjk8p1jBc2NYGsVs8
Clôture des inscriptions	fin des inscriptions le 22 octobre 2021 ou quand le quota est atteint. Rem : une session comprend au maximum 16 candidats. Les inscriptions sont enregistrées par ordre d'arrivée, le paiement faisant foi.
Paiement	Compte LBFA : BE94 7340 0478 2614 Communication : MSIn MNO 2021 + Nom Prénom
Contact	Mme Frédérique Deroubaix – frederique.deroubaix@lbfa.be - 02/474 72 02