



BASIC TENDANCE

Taux de réussite : 1ère formation | Taux de satisfaction : 1ère formation

S'approprier des domaines de compétence en relation avec les activités tendance, Chorégraphies et relation Musique et Mouvement, Expression et Créativité, Connexion avec le public.

Public

- Titulaire du diplôme « Animateur 1er degré Adultes en salle »
- Titulaire du CQP ALS AGEE ou Instructeur Fitness mention cours collectifs
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif

Prérequis

- Être licencié à la FFEPGV
- Être titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1)
- Être titulaire de la formation « Culture fédérale »
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif (fournir copie datée)

Accessibilité

Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à l'une de nos formations, faites-le nous savoir. Pour vous accueillir dans des conditions adaptées, nous mettrons tout en œuvre dans la mesure de nos moyens.

Avant la formation

Un questionnaire préformation sera envoyé afin de faire le point sur vos connaissances et permettre l'adaptation de la formation à vos besoins.

Le stagiaire participera à un temps de positionnement permettant d'identifier :

- Ses motivations
- Ses expériences professionnelles et le projet professionnel
- Ses connaissances initiales dans le domaine de la formation

Objectifs de la formation

- Découvrir et s'approprier des domaines de compétences en relation avec les activités « tendances »
- Musique et relation musique-mouvement (découpage, décomptes, structure musicale...)
- Expression et créativité
- Acquisition et développement des compétences de l'animateur « tendance »
- Chorégraphies : méthodologie, outils techniques, pédagogie
- Connexion : savoir accueillir, introduire un cours, donner du sens, motiver être « inspirant »

Contenus de la formation

- Les motivations de l'adulte et leurs attentes
- Immersion dans les activités Tendance = Pratiques (L.I.A., STEP, Dance Party, Cardio Boxe, ZUMBA, Afro Dance, Pound-Fit Stick, Renfo en musique vs HIIT)
- La séance et ses paramètres tendance : 100% basée sur la musique et 100% connexion avec le public
- Composantes musicales et chorégraphiques : la carte musicale au service de 3 domaines : Move (L.I.A., STEP...), Energy (Cardio Dance, Cardio-Boxing...) et Work (Renforcement Musculaire)
- Construction chorégraphique spécifique à chaque activité
- Les clés d'une animation TENDANCE : démarches, approches et outils pédagogiques
- Supports musiques, supports techniques et supports chorégraphiques



BASIC TENDANCE

Taux de réussite : 1ère formation | Taux de satisfaction : 1ère formation

Moyens techniques et pédagogiques

- Alternance d'apport de connaissances et de mise en pratique sur le terrain
- Formation centrée sur l'appropriation de techniques en lien avec les compétences d'animateur

Outils de formation

- Manuel de formation
- DVD explicatif pas à pas des différentes techniques

Équipe pédagogique

Conseillère Technique Territoriale : Marion COUPÉ

Formateurs : Laurence VANAUTRYVE, Nabil ALOUANE

Modalités de validation

- Feuilles de présence
- Fiche d'émargement
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Évaluation formative : quiz/questionnaires, mises en situation pratique

Modalités de certification

Pour y accéder :

- Avoir suivi intégralement la formation
- Formation non certifiante

Diplôme remis

- Attestation fédérale « Basic Tendance »

Points forts

- Une formation combinatoire pour enrichir son savoir-être et son savoir-faire pédagogique pour animer des séances « Tendance »
- Une formation qui pose les fondamentaux des séances EPGV d'aujourd'hui

Pour aller plus loin, nous vous conseillons de suivre une spécialisation Tendance.

Volume horaire

- Formation en centre : 14 heures

Durée globale : 14 heures

Dates et lieu

- Du 7 au 8 juillet 2026
- Ploufragan (22)



BASIC TENDANCE

Taux de réussite : 1ère formation | Taux de satisfaction : 1ère formation



Nombre de participants

- 15 personnes

Date limite d'inscription

- Un mois avant la date d'entrée en formation

Frais de formation

- Frais d'inscription : 30€
- Frais pédagogique : 490€
- Frais annexes (transport, hébergement, restauration) : à la charge du club/stagiaire

Renseignements et inscription

Comité Régional d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire Bretagne

4 A rue du Bignon - 35000 RENNES

Tel : 02 99 67 35 40 | Email : formation.bretagne@comite-epgv.fr

www.sportsante-epgvbretagne.com

SIRET : 387 476 146 000 31