

## POUR LE CLUB



### AUJOURD'HUI

Faire face aux conséquences de la crise sanitaire

- Sédentarité
- Télé travail
- Isolement
- Pathologie chronique

Comment entretenir son capital santé en toute sécurité ?

Répondre à un enjeu de santé publique.



### QUELLES OPPORTUNITÉS ?

**Gain** pour la santé de tous

#### BOUGER PLUS

Améliorer sa condition physique

#### BOUGER MIEUX

Améliorer sa posture quotidienne

#### BOUGER AVEC PLAISIR

Favoriser le Bien Être

#### BOUGER ENSEMBLE

Vivre des défis collectifs



## PROJET SPORTIF FÉDÉRAL 2021

Subventions pour 1 projet spécifique  
Axe / Créer-Développer une nouvelle activité gymnique

### QUELS OBJECTIFS POTENTIELS ?

Former un coach Gym Santé (éducateur salarié ou bénévole)

Ouvrir de nouveaux créneaux hebdomadaires dans une salle spécialisée et/ou dans une salle polyvalente et/ou à l'extérieur

Envisager le label Gym Santé QUALICLUB



### POUR QUI CES CRÉNAUX ?

au choix du club et de son projet

 Des adultes de + 25 ans à seniors femmes et hommes

 dont la condition physique est soit fragile, soit autonome, soit bonne ou très bonne

 sans ou avec une pathologie chronique

**Vous souhaitez obtenir une subvention via le PSF, ne manquez pas l'occasion.**

**Fin des dépôts des demandes le 7 mai 2021**

<https://lecompteasso.associations.gouv.fr>

## LA FORMATION QUALIFIANTE COACH GYM SANTÉ

### QUELLE ORGANISATION ?

#### 15h Formation théorique

À distance : les caractéristiques des publics, l'anatomie, la physiologie, les pathologies chroniques, méthodologie de projet

#### 80h Formation pratique

Avec une méthodologie active et expérimentale sur l'animation, l'individualisation des approches en référence au public, l'adaptation par rapport aux pathologies chroniques, la sécurité dans toutes les pratiques.



### QUELLES SPÉCIFICITÉS ?

Une méthode « approche posturo-respiratoire » DE GASQUET

Un choix de plus 1000 exercices dans l'application numérique

L'utilisation de nos disciplines gymniques acrobatiques et d'expressions

### PLANIFICATION POUR LA SAISON 2021-2022

Inscription auprès de l'INF  
3 modules  
(dates et lieux prévisionnels)

**M1**

23 au 26  
octobre  
2021  
EPINAL

**M2**

18 au 21  
décembre  
2021  
TOMBLAINE

**M3**

5 au 8  
février  
2022  
EPERNAY

## CONTACT

### OÙ TROUVEZ DE L'AIDE ?

<https://grand-est.ffgym.fr/Actualites/PSF-2021>

<https://grand-est.ffgym.fr/Formations/Formations-INF/Coach-Gym-Sante>

### VOS INTERLOCUTEURS

**Evelyne Salaun**

evelyne.salaun@wanadoo.fr  
07.86.29.93.45

**Melody Schnurr**

melody.schnurr@ffgym.fr  
06.36.11.96.37

**Gaël Meyer**

gael.meyer@ffgym.fr  
06.20.20.65.14