



## DANS LE GRAND EST

Vous aurez la certitude d'enrichir vos activités gymniques au sein de votre club grâce à la gym+.

### VOUS SOUTENEZ VOS ÉDUCATEURS

- **Salarié** pour une évolution de son poste de travail et une formation qualifiante continue, reconnue par le Ministère des Sports et le CNOSF Médico Sport au service des médecins.
- **Bénévole** en le valorisant par l'acquisition de nouvelles compétences.
- Attirés par les nouvelles technologies, ils utiliseront l'application numérique contenant plus de 1000 exercices pour animer leurs séances.



**LIMITE D'INSCRIPTION - 30 JUIN**  
(auprès de l'INF)



Professionnels et bénévoles



15h Formation théorique  
(à distance)  
80h Formation pratique



Deux applications pour le coach et les licenciés qui leur permettent de s'entraîner chez eux



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



Une méthode "approche posturo respiratoire" DE GASQUET



**MODULE 1 - 21/24 OCT 2023 (LUNÉVILLE)**  
**MODULE 2 - 04/07 JANV 2024 (HAGUENAU)**  
**MODULE 3 - 07/10 MARS 2024 (MARDEUIL)**

# FORMATION COACH GYM+

### VOUS CHOISISSEZ

- De **répondre à un besoin de santé** publique en fidélisant vos licenciés à une pratique régulière encadrée.
- D'**avoir une reconnaissance institutionnelle** locale, nationale grâce à une démarche Qualité (Label gym+ et Prescri'mouv).
- D'**enrichir vos partenaires** (Maisons Sport Santé, entreprises, EHPAD...).
- De saisir l'opportunité locale pour **construire un projet Héritage 2024** avec votre commune.

### VOUS RÉPONDEZ PRÉSENTS AUX BESOINS DE SANTÉ ET DE BIEN-ÊTRE

De tous les adultes et les seniors quelle que soit leur condition physique, porteur ou non de pathologie chronique.

- Pour proposer une activité gymnique régulière, adaptée, individualisée, progressive et sécurisée.
- Pour accueillir les personnes ayant une prescription médicale (sport sur ordonnance).
- Pour développer l'entretien de la motivation en favorisant le bien-être, la qualité de vie et le lien social.
- Pour animer des séances avec un groupe limité de pratiquants afin de faciliter l'individualisation des conseils et la correction.

## CONTACTS



Evelyne Salaun  
evelyne.salaun@orange.fr  
07 86 29 93 45



Pascal Grosmaire  
pascal.grosmaire@ffgymgrandest.fr  
06 02 59 42 17



Olivier Dettwiller  
olivier.dettwiller@ffgymgrandest.fr  
06 36 11 96 37



Gaël Meyer  
gael.meyer@ffgym.fr  
06 20 20 65 14



COMITÉ  
RÉGIONAL  
GRAND EST