

La formation fédérale Saison 2020

Diplôme d'initiateur-initiatrice **BF5**
Formation de novembre 2019 à avril 2020

Envie de différence ? Vibrez Triathlon !

La formation BF5

Initiateur – initiatrice triathlon

Pour qui ?

Tous ceux qui souhaitent apprendre à animer des séances sportives dans leurs clubs

Prérequis

- Avoir 18 ans révolus lors de l'examen - Être licencié(e) à la F.F.TRI.
- Être titulaire du code de la route
- Pour accéder à l'examen, être titulaire du diplôme de secourisme PSC1 (6h de formation) (ou de son équivalent à jour des révisions)
- Formation accessible à partir de 16 ans, sans l'examen (attestation délivrée d'assistant fédéral)

Dates de la session 2019-2020

- Samedi 23 et dimanche 24 novembre 2019 au CREPS de Bordeaux ou au CREPS de Poitiers (au choix)
- Samedi 07 et dimanche 08 décembre 2019 à Angoulême
- Examen en avril 2020. Rapport d'activité à rédiger et entretien individualisé en visioconférence

Frais de formation : 200€ comprenant les 4 repas de midi

- Si le club est labellisé « école de triathlon » pour la saison 2020, ou si la candidate est une femme, des crédits formations existent et permettent une ou plusieurs gratuités pour le club

La formation BF5

Initiateur – initiatrice triathlon

Le contenu de la formation

Samedi 23 et dimanche 24 novembre 2019 de 09h30 à 17h30

WE de formation en présentiel proposé sur 2 sites différents:

CREPS de Bordeaux et CREPS de Poitiers

- Présentation de la formation
- Connaissances du milieu associatif, fédéral et du triathlon
- Bases de l'encadrement et de l'entraînement sportif
- La nutrition du triathlète
- La pédagogie d'apprentissage du triathlon
- Connaissances pour encadrer en sécurité

Samedi 07 et dimanche 08 décembre 2019 de 09h30 à 17h30

WE de formation en présentiel à Angoulême

- **Samedi** : Participation au séminaire annuel sur la mixité en triathlon
Ce séminaire cible prioritairement les encadrant-es sportifs, raison pour laquelle il est intégré dans la formation. Des apports théoriques de qualité y sont délivrés, ainsi qu'un temps d'échange en tables rondes sur les sujets de la mixité de genre, de niveau, d'âge et handi-valide, qui permettront de mieux appréhender son public. La prise en compte par l'encadrant-e des différences au sein du groupe et sa capacité à établir un échange respectueux sont des conditions déterminantes pour bien encadrer le sport
- **Soirée conviviale avec dîner en commun et hébergement sur place possible**
- **Dimanche** : Apports théoriques et mise en situation tutorée des stagiaires dans l'encadrement d'une journée de tests « class tri » pour les jeunes de benjamin à junior des clubs de la ligue. Les stagiaires BF5 apprendront à gérer un groupe, à transmettre une consigne et à organiser les tests.
Natation le matin et course à pied l'après-midi
Aucune exigence physique et sportive n'est demandée pour les stagiaires de la formation BF5

La formation BF5

Initiateur – initiatrice triathlon

Le contenu de la formation (suite)

De novembre 2018 à avril 2020

Durant le temps de la formation, des supports de cours et des documents pédagogiques seront mis à disposition des stagiaires. Ils pourront les consulter en distanciel et quand ils le voudront

De janvier à mars 2020

Le stagiaire BF5 imaginera une séance qu'il rédigera sur une trame de fiche pédagogique fournie. Il la mettra en œuvre dans son club et la fera filmer en partie, de manière simple et expliquée avec un smartphone.

Il transmettra la vidéo aux formateurs qui donneront leurs conseils individualisés, par visioconférence avec le stagiaire

De mars à avril 2020

Le stagiaire BF5 rédigera un petit rapport d'activité sur ses interventions dans son club durant la formation. Il le transmettra par mail aux formateurs/jurys.

Un entretien avec le jury finalisera la formation.

Cet entretien se déroulera en visioconférence sur rdv personnalisé

Le système de visioconférence utilisé est très simple et s'utilise depuis un ordinateur ou un smartphone connecté à internet. Il ne nécessite aucune compétence ni matériel spécifique, aucune inscription ni paiement à faire.

Il permettra au stagiaire d'avoir des temps d'échanges individualisés avec ses formateurs, pour la commande vidéo et l'examen, mais aussi à sa demande.

68 stagiaires ont déjà utilisé la visioconférence avec réussite dans nos formations 2018-2019

La formation BF5

Initiateur – initiatrice triathlon

Renseignements et inscription

Pour toutes vos questions :

Bernard Feniou CTL coordonnateur des formations 06 87 12 62 48 b.feniou@triathlonlna.fr

Pour vous inscrire :

- 1/ Remplissez le formulaire en ligne (n'oubliez pas de cliquer sur envoyer)
- 2/ Prévoyez de remettre le chèque de 200€ pour les frais de formation lors de votre 1^{er} jour

[Lien vers le formulaire d'inscription](#)