



samedi 29/11/14	dimanche 30/11/14	samedi 10/01/15	dimanche 11/01/15	Formation à distance entre les deux week-end	Formation à distance avant l'examen
--------------------	----------------------	--------------------	----------------------	---	--

08h00
09h00
10h00
11h00
12h00
13h00
14h00
15h00
16h00
17h00
18h00
19h00
20h00

08h00
09h00
10h00
11h00
12h00
13h00
14h00
15h00
16h00
17h00
18h00
19h00
20h00

<u>Accueil</u> présentation de la formation	<u>Pédagogie</u> Le perfectionnement	<u>Institution</u> Org. pol, admin du sport en France; FFA	<u>Entraînement</u> Les bases anatomiques et physiologiques l'entraînement en aviron	<u>Sécurité</u> La sécurité Dopage, hygiène de vie, hydratation	<u>Matériel</u> Les réglages Théorie et pratique
<u>Pédagogie</u> Les publics		<u>Pédagogie</u> Initiation code des Régates		<u>Institution</u> Org. politique, administrative et du sport en France	<u>Technique</u> La technique Consultation vidéo + exercices vidéo
<u>Pédagogie</u> Les valeurs					
Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner		
<u>Technique</u> Les fondements mécaniques	<u>Matériel</u> Les réglages Théorie et pratique	<u>Sécurité</u> La sécurité dans la structure, certificat médical	<u>Entraînement</u> La PPG, les étirements Théorie et pratique	<u>Entraînement</u> Les bases anatomiques et physiologiques	
				<u>Institution</u> FFA	
<u>Pédagogie</u> Le cycle L'initiation		<u>Technique</u> La technique Théorie et vidéo			Date à définir EXAMEN : 60 minutes Bilan formation théorique Recommandations aux candidats