



**DESTINATAIRES :**

Les Conseillers Techniques Sportifs toutes disciplines,  
L'ENSA, le SNMSF, l'AFESA  
Les Présidents des Comités Régionaux

*Copie par e-mail :* MM Alain METHIAZ, Fabien SAGUEZ, Yves DIMIER, Pierre BORNAT, Nicolas COULMY, Charles DAUBAS, Jean-Marc VILLEMINE, les membres du Comité Directeur, les Responsables Régionaux Formation des Cadres Bénévoles.

N.Réf : PR/PB/CG/1877

Anncy, le 15 septembre 2009

**OBJET : STAGE ENTRAINEUR FEDERAL (MODULE THEORIQUE)**

Mesdames, Messieurs,

La Commission Formation des Cadres de la F.F.S. a le plaisir de vous informer de l'ouverture d'un module théorique de Formation de l'ENTRAINEUR FEDERAL toutes disciplines (diplôme bénévole).

Cette formation s'adresse aux licenciés FFS,

- . titulaires d'un monitorat fédéral 2<sup>ème</sup> degré toutes disciplines
- . aux entraîneurs de clubs FFS titulaires du BEES 1<sup>er</sup> degré ski alpin ou nordique
- . stagiaires BEES 1<sup>er</sup> degré qui se destinent à l'entraînement
- . aux entraîneurs titulaires d'un BEES 2<sup>ème</sup> degré dans le cadre d'une formation continue.

Nous vous rappelons que le diplôme d'Entraîneur Fédéral bénévole est validé à l'issue du suivi de quatre modules de formation :

- module neige : technique et pédagogie : organisé par chaque discipline (durée 5 jours)
- module théorique : technique, préparation physique et management (tronc commun toutes disciplines) (durée 5 jours)
- l'attestation de Traceur Régional (uniquement pour le ski alpin) (durée 2 jours)
- le Brevet PSC 1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1)

**Le prochain module théorique aura lieu :**

**DU LUNDI 2 NOVEMBRE A 10 H AU VENDREDI 6 NOVEMBRE 2009 A 15 H**

**Lieu : Comité Régional de Ski de Savoie - 53 Avenue des XVIème JO d'hiver  
BP 230 - 73207 ALBERTVILLE - tél : 04.79.31.10.80**



**Hébergement** : les stagiaires devront s'occuper de leur hébergement.  
Pour ceux qui le souhaitent, vous pouvez contacter :

**Centre International de Séjour**  
18 Place Conflans - 73200 ALBERTVILLE - Tél : 04.79.37.84.60  
[contact@cis-albertville.com](mailto:contact@cis-albertville.com) / [www.cis-albertville.com](http://www.cis-albertville.com)

(Prix de la 1/2 pension en chambre double : 29.50 Euros)



**: il ne reste que 14 couchages - pour réserver : mentionnez : « entraîneur fédéral FFS »**)

**Participation financière** : 12 € par jour par personne pour les frais pédagogiques (chèque de 60 Euros à l'ordre de la FFS à envoyer à la FFS)

**Inscriptions** : les inscriptions sont à adresser à l'aide du bulletin ci-joint avant le **12 octobre 2009** (par courrier, fax ou email) à l'attention de Christine Godard :

[Christine@ffs.fr](mailto:Christine@ffs.fr)  
tél : 04.50.51.98.78

Nous vous prions d'agréer, Mesdames, Messieurs, l'expression de nos cordiales salutations sportives.

Le Président  
de la Commission Formation des Cadres

Paul RAYBAUD

Chargé de Mission  
Formation des Cadres Alpains

Pierre BORNAT

*PJ : programme + fiche d'inscription*

PROGRAMME PREVISIONNEL – STAGE ENTRAINEUR FEDERAL DU 2 AU 6 NOVEMBRE 2009 A ALBERTVILLE

<b>Dates</b>	<b>Matin</b>			<b>Après midi</b>		
<b>Lundi 2 novembre</b>	10h accueil	10h 30 à 12h 00		14h 00 à 15h 30	15h 30 à 17h 00	
Lieu : Comité de Ski Savoie Albertville	<b>Présentation du Programme de la semaine P.Bornat/N.Coulmy</b>	<b>Physiologie Nicolas Coulmy</b>		<b>Physiologie Nicolas Coulmy</b>	<b>Physiologie : application à l'entraînement Nicolas Coulmy</b>	
<b>Mardi 3 novembre</b>	8h 30 à 10h 30	10h 30 à 12h Stade du Sauvey		13h 30 à 15h	15h 30 à 17h 30 Salle muscultation PF	
Lieu : Comité de Ski Savoie Albertville	<b>Biomécanique Nicolas Coulmy</b>	<b>Tests de Terrain N.Coulmy/P.Bornat</b>		<b>Biomécanique Nicolas Coulmy</b>	<b>Musculation pratique Nicolas Coulmy</b>	
<b>Mercredi 4 novembre</b>	8h 30 à 10h	10h 30 à 11h 30	11h 45 à 12h 45 Stade du Sauvey	14h à 16h	16h à 17h	17h à 18h
Lieu : Comité de Ski Savoie Albertville	<b>Communication P.Bornat</b>	<b>Biomécanique Nicolas Coulmy</b>	<b>Test de terrain N.Coulmy P.Bornat</b>	<b>Biomécanique Nicolas Coulmy</b>	<b>Suivi de séance PF</b>	<b>Relations Entraîneur / parents P.Bornat</b>
<b>Jeudi 5 novembre</b>	9h à 10h	10h 15 à 12h 15 Stade du Sauvey		14h à 16h	17h à 18h	
Lieu : Comité de Ski Savoie Albertville	<b>Présentation des DTNPP L. Le Quellec</b>	<b>Séance de terrain Entraîneurs Section Sportives Scolaires</b>		<b>Suivi de séance PF</b>	<b>Information sur le Dopage</b>	
<b>Vendredi 6 novembre</b>	8h 30 à 10h 30	10h 30 à 12h Stade du Sauvey		13h 30 à 15h		
Lieu : Comité de Ski Savoie Albertville	<b>Traumatologie Prévention ligamentaire</b>	<b>Séance de PP Stagiaires</b>		<b>Dossier pédagogique</b>		

## FORMATION DES CADRES

**BULLETIN D'INSCRIPTION  
STAGE ENTRAINEUR FEDERAL (MODULE THEORIQUE)  
TRONC COMMUN TOUTES DISCIPLINES  
DU 2 AU 6 NOVEMBRE 2009**

*Nombre de places limitées à 30*

***A retourner avant 12 octobre 2009 accompagner d'un chèque de 60 Euros à :**  
**F.F.S. - FORMATION DES CADRES, à l'attention de Christine Godard -**  
**50, rue des Marquisats - BP 2451, 74011 Annecy Cedex***

Nom : ..... Prénom : .....

Club : ..... N° licence : .....

Adresse : .....

.....

Tél (port) : ..... E-mail : .....

S'inscrit au stage sous le statut suivant (cocher la case correspondante):

Bénévole (entraîneur fédéral, module théorique)

↳ date d'obtention du module ski : .....

Professionnel (formation fédérale continuée)

↳ envoyer une photocopie du livret de formation BEES 1<sup>er</sup> degré