



Annnonce Condition physique – Module Préparation physique

2016

Pour en alléger la lecture, le présent document est entièrement rédigé au masculin, sans aucune intention discriminatoire. La forme féminine est bien entendu toujours sous-entendue.

Formation
Bienne, 21.12.2015 / is

Groupe cible

Ce module cible à la fois tous les moniteurs de tennis J+S et ceux qui souhaitent suivre ce module optionnel pour clore leur formation continue J+S 1. Il prolonge en plus la reconnaissance J+S de deux ans. Ce module débouche sur une reconnaissance supplémentaire « physis » pour les moniteurs J+S. Le cours leur apporte des connaissances techniques et méthodiques et leur permet d'intégrer plus facilement une préparation physique spécifique dans l'enseignement ordinaire du tennis.

Admission

Swiss Tennis décide de l'admission sur la base des dossiers d'inscription et de leur ordre d'entrée.

Prérequis

- Age minimum 20 ans
- au moins J+S Cours de base

Contenu

- Préparation physique générale axée en particulier sur la vitesse, la coordination et l'endurance
- Préparation physique ciblée axée en particulier sur la vitesse, la coordination et l'endurance
- Entraînement prophylactique: en particulier musculation pour les enfants et les adolescents avec le poids de leur propre corps
- Planification de la préparation physique

Durée

Deux jours

Documentation

Les participants reçoivent une documentation de cours

Langues d'enseignement

Allemand et français

Participants

Minimum huit participantes, maximum 24 participantes

Inscription / Organisation du cours

Etat-major Formation

Allée Roger-Federer 1

Case postale

2501 Bienne

Tél.: 032 344 07 46

E-Mail: formation@swisstennis.ch

Inscription: <https://www.swisstennis.ch/fr/play-tennis/formation/plan-des-cours>

Frais

CHF 300.00 déjeuner incl. (Swiss Tennis ne prend pas en charge les frais d'hébergement et de voyage)

Importants

Le module préparation physique est tous sports confondus (module à choix) au niveau de la formation continue 1. Il peut être suivi par des personnes ayant une formation supérieure comme accomplissement de l'obligation de formation continue.

http://www.jugendundsport.ch/internet/js/fr/home/tennis/sportartenebergreifende_module.html

Le suivi de l'ensemble du module préparation physique donne la reconnaissance J+S « Physis ». La reconnaissance de moniteur de condition physique n'est plus attribuée.

Remarque

Compte comme formation continue pour:

- Moniteur/Monitrice J+S
- Professeur de tennis dipl. Swiss Tennis
- Entraîneur C Swiss Tennis

Modalités de paiement

Les coûts du cours seront facturés avant le début des modules respectifs. L'acquittement donne droit à la participation.

Informations complémentaires

Internet sur <https://www.swisstennis.ch/fr/cours-js-module>

- Inscription en ligne / formulaire d'inscription
- Dates définitives des cours et informations