

Antenne d'AUBIERE
29 Rue Roche Genes - 63170 AUBIERE

Antenne de BRON
30 Rue Lionel Terray - 69500 BRON

Antenne de SEYSSINS
1 Avenue Louis Vicat - 38180 SEYSSINS

**PROGRAMME PEDAGOGIQUE – TENNIS ET PREFERENCES
MOTRICES NATURELLES : NIVEAU 1**

Objectif de formation : savoir identifier les préférences motrices des joueurs de tennis de manière à individualiser les interventions techniques et physiques

Pré-requis / publics concernés : enseignants professionnels DEJEPS, DESJEPS, entraîneurs, préparateurs physiques, membres du staff médical

Horaires : 09H00 - 17H00

Durée de formation : 14 heures (2 jours de 7h)

Lieu : Antenne de SEYSSINS, 1 avenue Louis VICAT - 38100 SEYSSINS

Dates : lundi 28 et mardi 29 mars 2022

Nombre de participants maximum : 24

Intervenant et qualification : Cyrille Gindre, PhD Sciences du Sport

Modalités et délai d'accès : Inscription jusqu'au 28 février et par ordre d'arrivée

Positionnement : un questionnaire en amont de la formation est envoyé à chaque stagiaire pour évaluer son niveau et le positionner dans la formation

Modalités pédagogiques : Powerpoint, vidéos haute-Fréquence, tests cliniques, grilles d'observables selon critères validés.

Modalités d'évaluation : questionnaire à choix multiple, identification des motricités sur vidéos.

Accès aux personnes en situation de handicap : nous contacter

Antenne d'AUBIERE
29 Rue Roche Genes - 63170 AUBIERE

Antenne de BRON
30 Rue Lionel Terray - 69500 BRON

Antenne de SEYSSINS
1 Avenue Louis Vicat - 38180 SEYSSINS

Tarif : 560 € (frais pédagogiques et repas de midi inclus)

Personnes salariées cotisant à l'AFDAS : Prise en charge possible par le dispositif FNE Formation (à condition que le club ait été en activité partielle ou qu'il ait eu recours au chômage partiel en raison de la crise sanitaire)

L'employeur doit faire une demande de prise en charge FNE pour son salarié sur le portail « Adhérent » de l'AFDAS au plus tard 1 mois avant le début de la formation

Pour toutes informations, merci de contacter Elisa Pignier au 04.76.84.28.72 ou par mail à elisa.pignier@fft.fr

Autres personnes : Règlement des frais pédagogiques et des frais annexes par le stagiaire
- Repas : 15€ le midi

Règlement avant le : 28/02/2022

Par chèque à la Ligue de tennis – 1 avenue Louis Vicat – 38180 Seyssins

Antenne d'AUBIERE
29 Rue Roche Genes - 63170 AUBIERE

Antenne de BRON
30 Rue Lionel Terray - 69500 BRON

Antenne de SEYSSINS
1 Avenue Louis Vicat - 38180 SEYSSINS

JOURNEE 1	
09h00	Présentation formation et initiation aux préférences
10h00	Une petite histoire du tennis
11h00	Protocole test des motricités terrienne et aérienne : en pratique Débriefing de la matinée
12h30	Pause repas
13h30	Implications physiques et musculaires des préférences Terrienne - Aérienne
14h00	Mise en application du testing avec un joueur de tennis invité
15h00	Séance pratique tennis : implications techniques des préférences Terrienne - Aérienne
16h00	Implications techniques des préférences Terrienne - Aérienne (suite) Débriefing de la journée
JOURNEE 2	
09h00	Rappels de la 1 ^{ère} journée
09h30	Mouvements primitifs et la Pyramide de l'Action
11h00	La latéralité : côté d'extension et côté de flexion/ débriefing fin de matinée
12h30	Pause repas
13h30	Le cadran du mouvement
14h00	Mise en application du testing avec un joueur de tennis invité
15h00	Séance pratique tennis : équilibre cadran du mouvement et technique tennis
16h00	Préférences énergétiques
16h45	Synthèse / évaluation