



**InteraGYM**  
FORMATION



## COLLOQUE INTERAGYM FORMATION

SAMEDI 31 AOÛT 2019 – SAINT ETIENNE

# COLLOQUE INTERAGYM FORMATION

---



## BIENVENUE

**MURIEL CAVALLERO**  
**VICE-PRÉSIDENTE DU CAURAG**  
**CHARGÉE DE LA FORMATION**

# COLLOQUE INTERAGYM FORMATION

---



**1. L'ÉQUIPE D'INTERAGYM FORMATION**

**2. LES PARCOURS DE FORMATION**

**3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020**

**4. L'INSCRIPTION EN LIGNE ET L'ESPACE PRIVÉ**

**5. LA PRISE EN CHARGE AFDAS**

**6. ZOOM SUR LA GYM SANTÉ**

**7. ZOOM SUR L'ACTIVITÉ FREESTYLE GYM**

# COLLOQUE INTERAGYM FORMATION

---



**1. L'ÉQUIPE D'INTERAGYM FORMATION**

**2. LES PARCOURS DE FORMATION**

**3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020**

**4. L'INSCRIPTION EN LIGNE ET L'ESPACE PRIVÉ**

**5. LA PRISE EN CHARGE AFDAS**

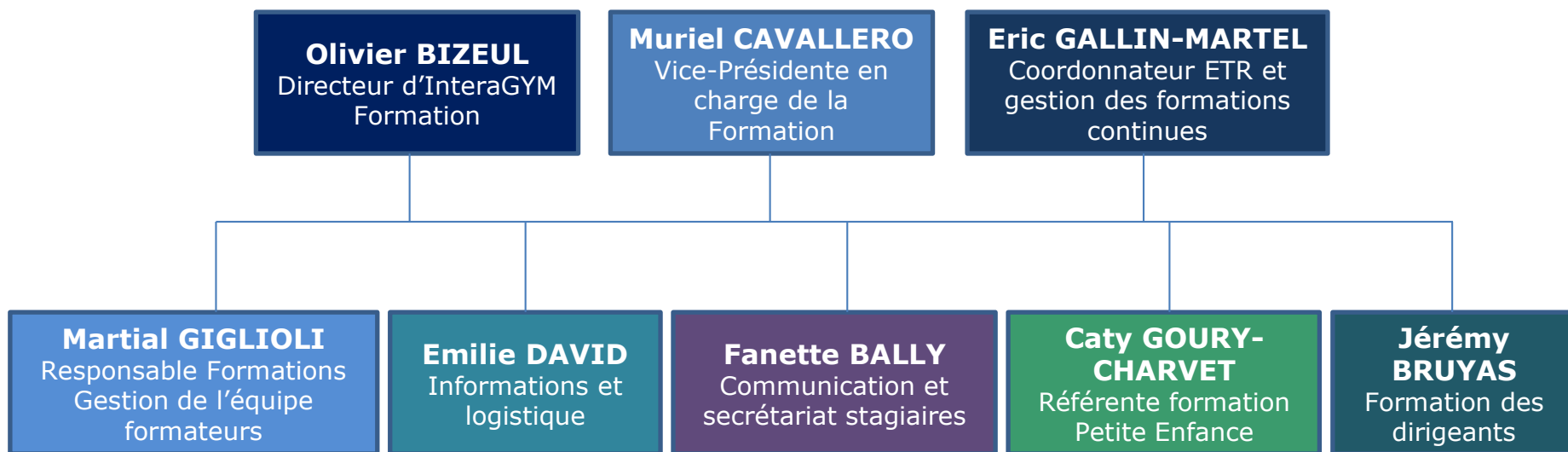
**6. ZOOM SUR LA GYM SANTÉ**

**7. ZOOM SUR L'ACTIVITÉ FREESTYLE GYM**

# 1. L'ÉQUIPE D'INTERAGYM FORMATION

---

InteraGYM FORMATION est l'organisme de formation du Comité Régional AURA de Gymnastique. Voici l'équipe à votre service :



# COLLOQUE INTERAGYM FORMATION

---



1. L'ÉQUIPE D'INTERAGYM FORMATION

**2. LES PARCOURS DE FORMATION**

3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020

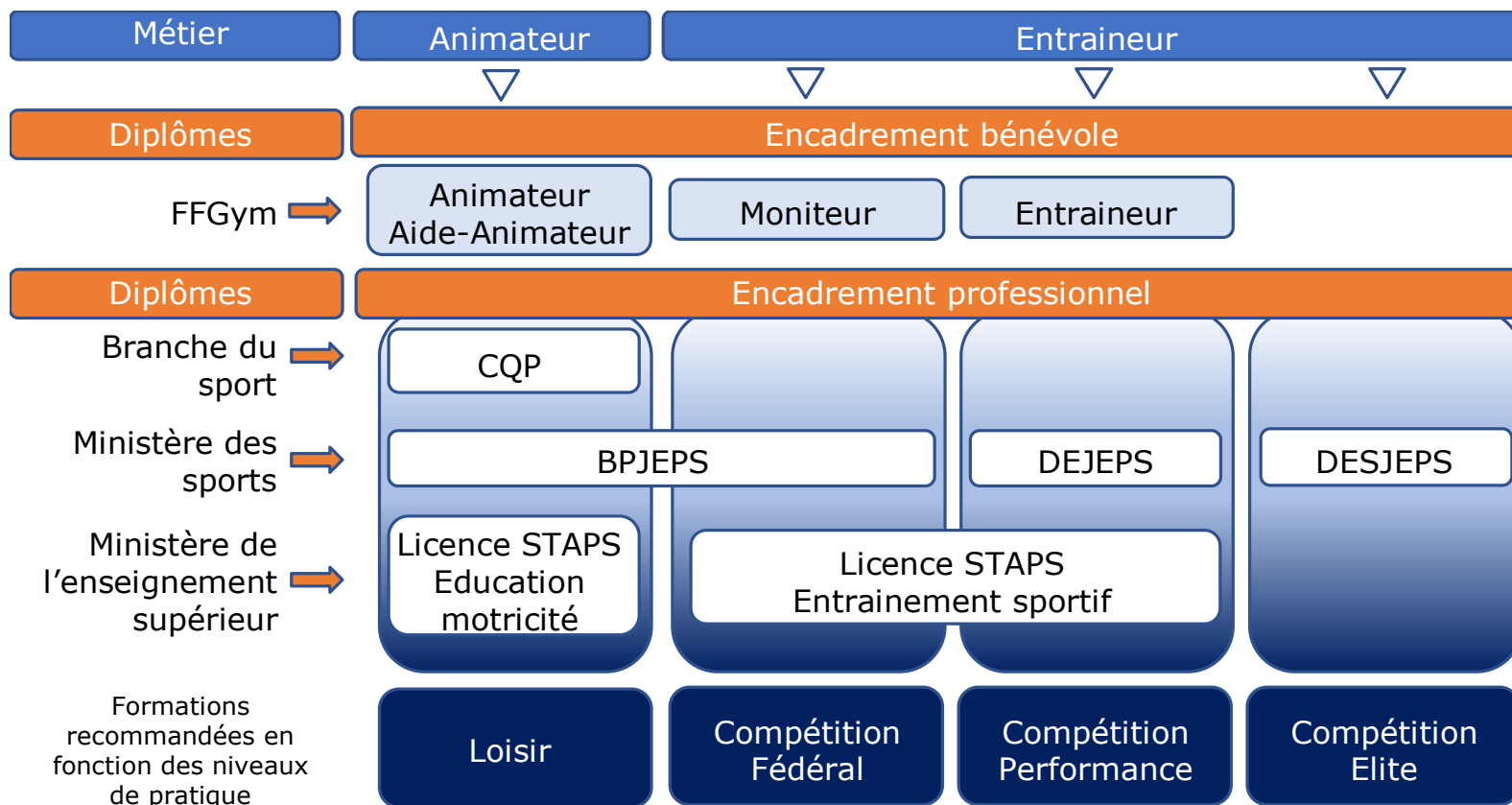
4. L'INSCRIPTION EN LIGNE ET L'ESPACE PRIVÉ

5. LA PRISE EN CHARGE AFDAS

6. ZOOM SUR LA GYM SANTÉ

7. ZOOM SUR L'ACTIVITÉ FREESTYLE GYM

## 2. LES PARCOURS DE FORMATION



## 2. LES PARCOURS DE FORMATION - EXEMPLE





# COLLOQUE INTERAGYM FORMATION

---



1. L'ÉQUIPE D'INTERAGYM FORMATION

2. LES PARCOURS DE FORMATION

**3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020**

4. L'INSCRIPTION EN LIGNE ET L'ESPACE PRIVÉ

5. LA PRISE EN CHARGE AFDAS

6. ZOOM SUR LA GYM SANTÉ

7. ZOOM SUR L'ACTIVITÉ FREESTYLE GYM

### 3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020

---

#### LA FORMATION CQP

Repositionnement du comité régional pour la formation **Certificat de Qualification Professionnelle**.

**Une mention proposée : Activités Gymniques Acrobatiques**

	Activités Gymniques Acrobatiques
<b>Positionnement</b>	<b>5 H</b>
<b>Formation en centre</b>	<b>120 H</b>
<b>Stage en structure</b>	<b>50 H</b>
<b>Durée totale</b>	<b>175 H</b>

## 3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020

---

### LA FORMATION CQP

- **Premier diplôme professionnel** > Exercer ses fonctions de manière autonome (avoir 18 ans )
- Sous la responsabilité du responsable administratif du club
- Prérogatives d'exercices par mention
- Conditions d'exercice et salaire minimum > **Convention Collective Nationale du Sport**
- Face à face pédagogique > maximum 360 heures/an (environ 10h/semaine) > Si plus : majoration de la rémunération de 25%
- Préconisation groupe 3 de la CCNS (rémunération suivant le temps de travail : + ou - de 10 heures)

## 3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020

---

### LA FORMATION COACH GYM SANTE

- Vous souhaitez faire découvrir les activités gymniques à un public jeune, adulte ou senior.
- Vous souhaitez approfondir vos compétences d'accueil de personnes souffrant d'une affection de longue durée (ALD).
- Vous souhaitez apporter du bien-être préventif aux maux de dos.

La Fédération Française de Gymnastique met son expertise au service du bien-être et de la santé des + de 25 ans en vous proposant une **nouvelle qualification** « **Coach Gym santé** ».

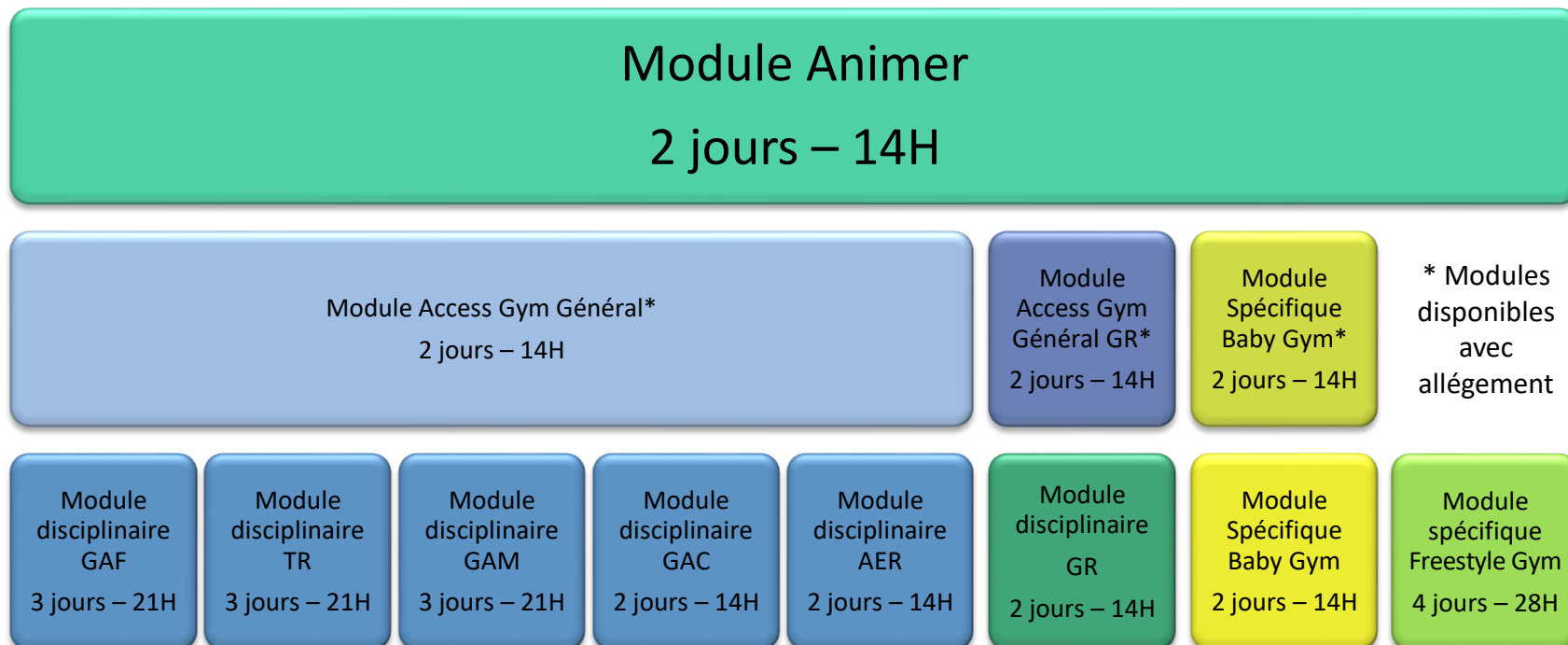


*À découvrir en détails plus loin dans la présentation...*

### 3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020

## LES FORMATIONS ANIMATEURS

La formation Animateur se découpe en trois modules.



## 3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020

---

### LES FORMATIONS ANIMATEURS



Inscriptions sur [www.interagym-formation.com](http://www.interagym-formation.com)

- Prérogatives : Animer bénévolement un groupe d'animation dans la discipline.
- Conditions de participation : à partir de 15 ans dans l'année sportive (sauf Baby Gym : 18 ans, et FreeStyle Gym : 16 ans) et licencié FFGym
- Conditions de validation : Avoir validé le PSC1 + Fiche évaluation (disponible sur InteraGYM Formation)
- **Inscriptions ouvertes**, plusieurs modules Animer et Access Gym.

### 3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020

---

#### LES FORMATIONS AIDE – ANIMATEURS

La formation Aide – Animateur se déroule sur une journée du second module – Access Gym ou Spécifique Baby Gym.

Trois mentions :

Aide Animateur  
Access Gym Général  
1 jour – 7H

Aide Animateur  
Access Gym Général GR  
1 jour – 7H

Aide Animateur  
Baby Gym  
1 jour – 7H

Inscriptions sur [www.interagym-formation.com](http://www.interagym-formation.com)

- > Prérogative : Co-animation bénévole sous la responsabilité d'un animateur.
- > Conditions de participation : Avoir 15 ans dans l'année et être licencié FFGym

## 3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020

---

### LES FORMATIONS DE JUGES



Trois types de formations

- **Formation initiale** : formation dispensée tous les ans, permettant d'évoluer et d'acquérir un niveau supérieur.
- **Formation continue** : non obligatoire mais fortement recommandée. Ces formations d'une journée sont gratuites et permettent de découvrir les nouveautés et changements dans le code de pointage.
- **Recyclage** : Obligatoire après chaque cycle olympique. Ils permettent de maîtriser les nouveaux codes de pointage.



## 3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020

---

### LES FORMATIONS DE JUGES

Inscriptions sur [www.interagym-formation.com](http://www.interagym-formation.com)

- Conditions de participation : **à partir de 14 ans** dans l'année sportive et licencié FFGym pour le niveau 1
- GAF : Possibilité de se présenter directement au niveau 1 ou 2
- Conditions de validation : Réussir l'examen de juge
- Inscriptions ouvertes

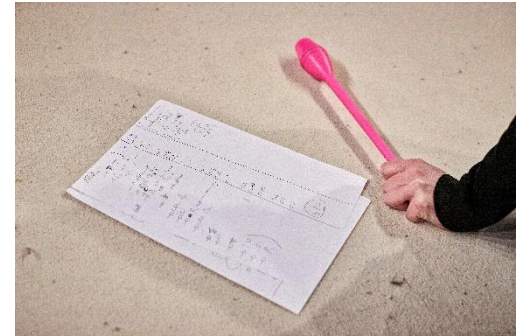
## 3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020

---

### LES FORMATIONS CONTINUES

#### TECHNIQUES

- GAM-GAF : Du salto vers la vrille au sol
- GAF : Les sauts gymniques avec rotation longitudinale
- GAM : Le Moy à l'appui aux barres parallèles
- GAM : Les changements de face à la barre fixe et les grands tours aux anneaux
- GR : Composition d'un mouvement Individuel
- GR : Composition d'un mouvement Ensemble



## 3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020

---

### LES FORMATIONS CONTINUES

#### TECHNIQUES

- GAC : Staff rigodon en duo + Chandelle rattrape en trio
- Baby : Les supports élastiques en Baby Gym
- Intérêts de la vidéo pour l'entraînement et la préparation mentale
- Traumatologie et Préparation physique
- Gestion du mental dans les activités gymniques





# COLLOQUE INTERAGYM FORMATION

---



1. L'ÉQUIPE D'INTERAGYM FORMATION

2. LES PARCOURS DE FORMATION

3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020

4. L'INSCRIPTION EN LIGNE ET L'ESPACE PRIVÉ

5. LA PRISE EN CHARGE AFDAS

6. ZOOM SUR LA GYM SANTÉ

7. ZOOM SUR L'ACTIVITÉ FREESTYLE GYM

## 4. L'INSCRIPTION EN LIGNE ET L'ESPACE PRIVÉ

---

Inscriptions en ligne sur [www.interagym-formation.com](http://www.interagym-formation.com)

> **ANTICIPEZ !**

- Fermeture à **J-3 pour les sessions de formation** (et avant si le maximum d'inscrits est atteint)
- Fermeture à **J-15 pour l'hébergement et la restauration** proposés sur certaines sessions de formation



## 4. L'INSCRIPTION EN LIGNE ET L'ESPACE PRIVÉ

---

### PROCÉDURE

#### 1) Connectez vous sur l'espace privé dédié à votre club

##### IMPORTANT :

**Pensez bien à vous identifier avec le code utilisateur et le mot de passe** pour

- éviter une double saisie (informations club & stagiaires déjà enregistrées)
- retrouver l'historique de toutes vos inscriptions, les attestations et les factures
- diminuer les erreurs dans les coordonnées des différentes personnes du club

### COMMENT S'INSCRIRE ?

#### JE SUIS UN CLUB



Accès réservé

Utilisateur :

Mot de passe :

Mot de passe oublié

**CONNEXION**

## 4. L'INSCRIPTION EN LIGNE ET L'ESPACE PRIVÉ

---

### PROCÉDURE

2) **Validez vos inscriptions** aux formations

3) **Email récapitulatif automatique** avec fiche de pré-inscription et programme de formation

4) Plusieurs jours avant la session de formation : **email personnalisé** avec

- La convocation
- Le contrat/la convention de formation
- Un rappel du programme de formation
- Le plan d'accès
- Le règlement intérieur
- L'autorisation parentale à présenter impérativement le jour de la formation



## 4. L'INSCRIPTION EN LIGNE ET L'ESPACE PRIVÉ

---

### RAPPEL



- Contactez-nous **si vous avez perdu vos identifiant et mot de passe** pour l'accès réservé, nous vous les renverrons par email.
- Si vous constatez des **erreurs dans les contacts enregistrés** sur le site pour votre club, merci de nous le signaler, nous les corrigerons.

# COLLOQUE INTERAGYM FORMATION

---



1. L'ÉQUIPE D'INTERAGYM FORMATION

2. LES PARCOURS DE FORMATION

3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020

4. L'INSCRIPTION EN LIGNE ET L'ESPACE PRIVÉ

**5. LA PRISE EN CHARGE AFDAS**

6. ZOOM SUR LA GYM SANTÉ

7. ZOOM SUR L'ACTIVITÉ FREESTYLE GYM

## 5. LA PRISE EN CHARGE AFDAS

---

# Afdas.

OPÉRATEUR DE VOS COMPÉTENCES

### Uniformation > AFDAS : une transition maîtrisée

- Depuis le 1er avril 2019 : **l'AFDAS est le nouvel Opérateur de compétences (OPCO) dans le champ du Sport.**
- AFDAS (Assurance Formation des Activités du Spectacle) : opérateur historique de la Culture et des Médias
- Cet OPCO devient donc **l'interlocuteur des structures et de leurs salariés en matière de formation professionnelle.**
- Il travaille en lien avec le CoSMoS pour faciliter la concrétisation des projets de formation au cours de cette année de transition.

## 5. LA PRISE EN CHARGE AFDAS

---

- **Prise en charge rétroactive possible** de l'AFDAS pour les formations refusées par Uniformation au 1<sup>er</sup> trimestre (hors Compte personnel de formation).
- **Facilités administratives** mises en place
- **Délais de dépôt des demandes de financement plus souples** qu'auparavant (demande possible jusqu'à la veille de la formation, 1 mois avant dans pour les demandes au titre du CPF).
- **Pas nécessaire de verser une nouvelle contribution** à la formation professionnelle pour pouvoir bénéficier de financements dès à présent.

## 5. LA PRISE EN CHARGE AFDAS

### Inscription à l'AFDAS

- **Créer son compte à l'AFDAS en complétant le formulaire d'identification** et en le renvoyant à [qualification@afdas.com](mailto:qualification@afdas.com).
- Envoi d'une confirmation d'enregistrement et d'un identifiant pour accéder à **votre compte sécurisé** sur [www.afdas.com](http://www.afdas.com)
- **Espace de questions/réponses** proposé sur le site de l'AFDAS pour vous aider

**Afdas.**  
OPÉRATEUR DE VOS COMPÉTENCES

Formulaire d'identification des entreprises du Sport

Depuis le 1er avril 2019, l'Afdas est l'Opérateur de Compétences de la branche du Sport, agréé par l'Etat et désigné par la profession. Nous vous remercions de compléter ce formulaire et de le renvoyer à [qualification@afdas.com](mailto:qualification@afdas.com). Une confirmation d'enregistrement et votre identifiant vous seront ensuite adressés. Vos identifiants vous permettront d'accéder à votre compte sécurisé sur [www.afdas.com](http://www.afdas.com) et de saisir en ligne vos demandes de financement.

**Identité**

Raison Sociale	Code NAF
Siège	NP Siret
Activité principale	Conv* collective IDCC 2501
Type de structure (à cocher)	<input type="checkbox"/> Sport associatif <input type="checkbox"/> Sport professionnel <input type="checkbox"/> Sport commercial
Discipline	
Forme juridique	Date de création
Adresse du siège	
Code postal	Ville
Téléphone	Courriel

## 5. LA PRISE EN CHARGE AFDAS

---

### La demande de financement

- Pour connaître l'ensemble des dispositifs de formation proposés par la branche et les montants de prise en charge associés, **consultez le tableau du CoSMoS** (cf. doc complet sur la médiathèque du site régional).
- **Pour effectuer votre demande de prise en charge en ligne :**
  - rendez-vous sur [www.afdas.com](http://www.afdas.com) pour vous identifier
  - créez votre demande de financement
  - sélectionnez le type d'action souhaitée et l'organisme de formation
  - décrivez ou renseignez la formation et inscrivez les bénéficiaires.
- Visionnez le **tutoriel complet** sur YouTube.

## 5. LA PRISE EN CHARGE AFDAS

---

### Important !

Inscrivez votre structure à l'Afdas même si vous n'avez pas de formation prévue prochainement.

### Contact

Des conseillers AFDAS sont spécifiquement à la disposition des structures du sport :

- Par téléphone au : 01 44 78 34 56
- Par mail : [sport@afdas.com](mailto:sport@afdas.com)



# COLLOQUE INTERAGYM FORMATION

---



1. L'ÉQUIPE D'INTERAGYM FORMATION

2. LES PARCOURS DE FORMATION

3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020

4. L'INSCRIPTION EN LIGNE ET L'ESPACE PRIVÉ

5. LA PRISE EN CHARGE AFDAS

**6. ZOOM SUR LA GYM SANTÉ > PAUL BLANC**

**7. ZOOM SUR L'ACTIVITÉ FREESTYLE GYM**



# PROJET *Gym* Santé



# L'ENJEU DE SANTÉ PUBLIQUE

---

- Le Sport est aujourd'hui au cœur d'un **enjeu de société** majeur : la santé publique
- 76% des Français, qui souffrent des effets de la sédentarité, expriment le besoin d'une activité physique régulière et plébiscitent la Gymnastique pour leur apporter **santé, bien-être et plaisir**
- La FFGym assume ses responsabilités et lance une nouvelle offre.

*Gym* Santé



ENSEMBLE,  
CRÉONS LE MOUVEMENT

# LE PROGRAMME GYM SANTÉ

---

## Trois offres de pratiques

- Dédiées aux adultes (25 ans et +)
- Adaptables aux envies et besoins des femmes et des hommes
- Construites pour apporter une plus value sur la condition physique du débutant à l'expert (quelque soit le niveau de départ)
- Inspirées des disciplines gymniques portées par la Fédération
- Elaborées pour faciliter l'engagement dans un défi individuel ou collectif
- Expérimentées et validées



# PROPOSITION FFGYM

---

**3 offres de pratiques** pour des cibles et des objectifs distincts :

LOMBAL *Gym*  
Prendre soin de son dos



Tous publics

vita *Gym*  
Booster sa forme



Adultes 25-50 ans

Juva *Gym*  
Rester en forme



+ de 50 ans et seniors +



# LE PROGRAMME GYM SANTÉ SE PRATIQUE

---



- Dans une salle ou un gymnase polyvalent, une salle de danse, un dojo



- Dans une salle de réunion



- Dans un gymnase spécialisé



- En extérieur



# LE PROGRAMME GYM SANTÉ PREND DIFFÉRENTES FORMES PÉDAGOGIQUES

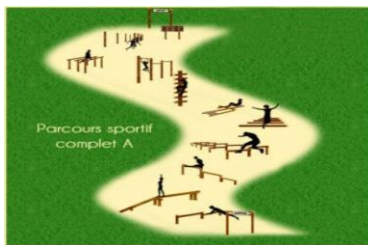


- Cours collectif



- Circuit training

**Combinaison  
de ces  
différentes  
formes**



- Parcours



ENSEMBLE,  
CRÉONS LE MOUVEMENT

# LE PROGRAMME GYM SANTÉ DÉVELOPPE DIFFÉRENTES COMPÉTENCES

Une **approche pédagogique innovante** qui permet à chaque participant, quel que soit son profil, de progresser et de prendre du plaisir

Une **prise en charge personnalisée** de chaque participant avec un diagnostic de départ et des évaluations régulières pour mesurer les progressions et encourager les efforts

## Répertoire de compétences

Alignement  
Equilibre  
Souplesse  
Force  
Coordination  
Espace

## Capacité cardio respiratoire



ENSEMBLE,  
CRÉONS LE MOUVEMENT

# LE DÉPLOIEMENT

---

- Un déploiement progressif et accompagné
  - 5 régions, 5 clubs, 1 formateur
- Une expérimentation qui permet les ajustements nécessaires aux réalités de terrain
- **Une formation spécifique gage de qualité et de reconnaissance**
  - Construite au rythme des travaux de développement des offres de pratique
- Une application numérique dédiée
  - Développement progressif en 3 lots





# LA FORMATION COACH GYM SANTE

---



- **Avantages** : cette formation permet
  - d'encadrer les activités LombalGym, VitaGym et JuvaGym, et en intégrant des personnes souffrant d'une affection de longue durée
  - de développer des compétences nouvelles en intégrant la méthode « APOR »
  - d'intégrer le réseau FFGym
  - de bénéficier de la qualité des formations FFGym

# LA FORMATION COACH GYM SANTE

---

- **Contenus :**

- Connaissances théoriques et spécificités des pratiquants ayant une ALD
- Méthodologie d'enseignement des 3 programmes
- Concevoir une programmation annuelle pour un public loisir adulte ou senior



- **Méthode pédagogique :**

- Une partie présentielle, à 80% dans le gymnase
- Une approche basée sur les méthodes actives et l'interactivité entre les stagiaires
- « Formation Action » (cours théoriques sous forme de TD)

# LA FORMATION COACH GYM SANTE

---

- **Public :**

- Pré-requis : être licencié à la FFGym, avoir 18 ans minimum, être titulaire d'un diplôme professionnel permettant l'encadrement des activités gymniques
- Pour les bénévoles : être titulaire du PSC1 ou équivalent, justifier de 3 ans d'expérience d'encadrement des activités gymniques et réussir le test de sélection
- Statut : salarié / bénévole / auto-entrepreneur / travailleur indépendant

- **Durée :**

- 95 heures de formation
- 80 heures en présentiel / 15 heures en FOAD

# LA FORMATION COACH GYM SANTE

---

- **4 sessions de formation en France :**
  - **Auvergne-Rhône-Alpes > à Saint-Etienne**
  - Grand Est
  - Ile-de-France
  - Nouvelle Aquitaine
  
- **Dates de formation en Auvergne-Rhône-Alpes :**
  - Module 1 : du 27 au 31 octobre 2019
  - Module 2 : du 23 au 26 février 2020
  - Module 3 : du 26 au 29 avril 2020
  
- **Inscriptions en ligne avant le 5 septembre 2019**



# COLLOQUE INTERAGYM FORMATION

---



1. L'ÉQUIPE D'INTERAGYM FORMATION

2. LES PARCOURS DE FORMATION

3. L'OFFRE DE FORMATIONS 2019-2020

4. L'INSCRIPTION EN LIGNE ET L'ESPACE PRIVÉ

5. LA PRISE EN CHARGE AFDAS

6. ZOOM SUR LA GYM SANTÉ

**7. ZOOM SUR L'ACTIVITÉ FREESTYLE GYM > ENGUERRAN NEVEU**

# L'ACTIVITE FREESTYLE GYM

---

- Imaginé en 2015, "FreeStyle Gym" est une nouvelle activité acrobatique proposée par la Fédération Française de Gymnastique. C'est une **activité de loisir, centrée sur le plaisir du pratiquant à réaliser des gestes acrobatiques complexes.**
- **Fun, exploits, défis** sont les mots clés qui illustrent ce concept.
- Activité acrobatique consistant à réaliser (majoritairement) des **déplacements**, en s'appuyant sur des techniques de **franchissements** et d'**acrobaties** en sollicitant ses propres capacités.
- 6 disciplines au sein de cette activité : Parkour / Freerunning / Gymnastique / Street Workout / Breakdance / Tricking

**FREESTYLE** Gym

# L'ACTIVITE FREESTYLE GYM

---



- **Public :**

- Principalement des **adolescents et jeunes adultes** (à partir de 12 ans)
- **Accessible à tous** (pas nécessaire d'avoir pratiqué une discipline gymnique ou un autre sport)
- **Mixte**
- Chez les plus jeunes (-12 ans) , il est recommandé que les enfants se forment via l'offre de programmes ACCESS Gym, ou par la pratique d'une discipline gymnique en compétition avant d'entrer dans cette activité spécifique.

# L'ACTIVITE FREESTYLE GYM

---

- **Objectifs :**

- Atteindre et **capter de nouveaux publics** qui ne sont pas intéressés par les pratiques gymniques «traditionnelles », ou qui n'ont pas accès à l'offre de pratique traditionnelle
- Créer une nouvelle offre de pratique gymnique **à destination des adolescents et jeunes adultes**, dans un cadre sécurisé.
- Favoriser la mobilité des jeunes et leur donner la possibilité de participer à un évènement FFGym local, national ou international **permettant le partage et la mixité entre les niveaux sociaux, les sexes et les différentes tranches d'âge.**



# LA FORMATION ANIMATEUR – MODULE 3

## « FREESTYLE GYM »

---

- **Objectifs** : Découvrir la méthodologie et l'organisation de l'activité Freestyle Gym afin de pouvoir lancer l'activité dans sa structure sportive.
- **Pré-requis** : Être licencié FFGYM, âgé de 16 ans minimum à l'entrée en formation
- **Contenu** :
  - Accueil, présentation du concept
  - Découverte par la pratique du concept et de la spécificité de l'animation
  - Découvrir les outils pédagogiques – organiser les séquences pédagogiques
  - Appréhender la conception globale d'une séance
  - Présentation des outils et bilan
- **Méthode pédagogique** : Salle de cours / Gymnase spécialisé / Support vidéo



# LA FORMATION ANIMATEUR – MODULE 3

## « FREESTYLE GYM »

---

- **Sessions de formation en Auvergne-Rhône-Alpes :**
  - 2 et 3 novembre 2019 à Annecy
  - **ET** 18 et 19 janvier 2020 à Valence (à confirmer)
  - 7 heures de formation par jour
- **Inscriptions en ligne dès que possible :** <http://www.interagym-formation.com/formation-animateur-module-freestyle-gym>





**MERCI DE VOTRE ATTENTION**

[www.auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr](http://www.auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr) / [www.interagym-formation.com](http://www.interagym-formation.com)



**FFGym Auvergne-Rhône-Alpes**



COMITÉ RÉGIONAL  
AUVERGNE  
RHÔNE-ALPES

