

FORMATION

Formation « Marche Nordique (socle 1) » : pour acquérir l'ensemble des **connaissances techniques, pédagogiques et sécuritaires nécessaires à l'animation de la Marche Nordique** → acquisitions des techniques, structuration d'une séance type, apports théoriques et sécuritaires, et connaissances (*historique, bienfaits...*) liées à la Marche Nordique.

Formation « Gym Urbaine (socle 1) » : pour être capable de **maîtriser les caractéristiques** de la Gym Urbaine, **pratiquer différents exercices** et ateliers de Gym Urbaine, et les **adapter à différents publics**.

Formation « Pilates Foam Roller » : pour comprendre l'intérêt d'ajouter cet accessoire à la pratique de la méthode Pilates, pour appliquer la rigueur nécessaire au respect des principes de la méthode Pilates, et pour transférer ces principes à d'autres activités (amélioration du Bien-Etre et de la santé)

Formation « Pilates Mat Fondamental » : pour comprendre et respecter la méthode Pilates visant la qualité du mouvement, de la posture et de la respiration, pour **pouvoir aborder les cours de renforcement musculaire et stretching** dans l'idée de ces principes de prévention de la santé.



*Pour les dates et lieux de formation:
voir la rubrique "Agenda"*

voir



**SPORT SANTE, SPORT LOISIR,
SPORT EDUCATION**

Les Rencontres Sport Nature 2016 auront lieu le **samedi 14 mai à Carcès (Var)**.

Les inscriptions sont désormais ouvertes !

Par équipe de 3, participez au Challenge Sportif, Loisir ou Junior (4-7 ans)! C'est la journée idéale pour se retrouver en famille et/ou entre amis et partir à la découverte de la nature et d'activités sportives, dans une ambiance conviviale et de partage. A très bientôt !

Cliquez pour plus d'informations : voir

EVENEMENT - NEWS

L'info utile : Coupon 2 séances gratuites en Club Sports pour Tous

Les personnes ayant participé à des tests **Forme Plus Sport (évaluation de la condition physique)** mis en place lors de journées événementielles par le comité régional ou départemental Sports pour Tous, (ou par un club), bénéficient d'un coupon leur donnant accès à 2 séances gratuites en club Sports pour Tous.

Si lors de votre affiliation vous n'avez pas refusé l'utilisation de coupons **Forme Plus Sport**, vous êtes donc en mesure d'accueillir ces personnes pour ces 2 séances, qui leur permettront peut être de rester toute la saison et de pratiquer durablement !



L'info utile : Dates des Assemblées Générales du Comité Régional (CR) PACA et de la Fédération Nationale Sports pour Tous



L'assemblée générale (AG) du CR Sports pour Tous PACA a eu lieu le 12 mars dernier. La médaille d'argent Sports pour Tous a été remise à Dany Cherbonnier pour son engagement bénévole depuis de nombreuses années. Merci à elle et à tous les bénévoles des associations. Ce fut également la première AG pour Thomas Thiébaud en tant que Conseiller Technique Régional.

L'assemblée générale nationale de la Fédération Sports pour Tous aura lieu le 2 avril prochain à Belfort.

AGENDA

9 et 10 AVRIL 2016 (+ 28 et 29 MAI 2016)
Formation « Marche Nordique » (socle 1),
Sigonce et Plan d'Aups

30 AVRIL 2016
Formation « Gym Urbaine » (socle 1),
Pelissanne

19 et 20 AOUT 2016
Formation « Pilates Foam Roller »,
Peynier

22 au 25 AOUT 2016
Formation « Pilates Mat Fondamental »
Peynier

Inscriptions: contactez *Maryse Ricard* au Comité Régional Sports pour Tous PACA

Comité Régional Sports pour Tous PACA
04.94.00.34.86 cr.paca@sportspourtous.org
6 Lot. Sous les Andues, Av. de l'Arlésienne Prolongée, 83210 SOLLIES-PONT