



Rendez-Vous de la FFN

(Formation à distance)

Préparation physique :
Le développement de
la vitesse chez le
nageur

Vendredi 12 février 2021

Nombre de places : 100
(Formation à distance)





RENDEZ-VOUS DE LA FFN

PRÉPARATION PHYSIQUE :

LE DÉVELOPPEMENT DE LA VITESSE CHEZ LE NAGEUR

La Vitesse est une qualité physique majeure qui va permettre d'exécuter avec la plus haute rapidité un mouvement plus ou moins complexe. En natation cette qualité est incontournable et contribue à la construction de la performance des les plus jeunes catégories.

PUBLIC VISÉ

- * Entraîneurs, directeurs techniques, étudiants STAPS etc.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Etre capable de maîtriser et mettre en œuvre les connaissances liées au développement des qualités physiques

CONTENUS DE LA FORMATION

- * Définition
- * Approche qualité-maturation âge
- * Méthodes de développement
- * Illustration pratique—séance type
- * Evaluation

ORGANISATION DE LA FORMATION

- * Support visio
- * Echanges et partages d'expérience

INTERVENANTE

Cécile DUCHATEAU, CTS Centre Val de Loire, Référente nationale Préparation Physique FFN Optimisation de la Performance

Formation limitée à 100 places



INFAN FFN

DATES ET VOLUMES HORAIRES

Vendredi 12 février 2021
de 9h00 à 12h00
Connexion à partir de
8h45

Volume horaire : 3 heures

LIEU DE FORMATION

Formation en distanciel.
Utilisation de Zoom

CONTACT & INSCRIPTIONS

Inscription via le lien suivant
avant le **mercredi 10 février**
2021

[https://forms.gle/
uKD6XL7sx9mbuzhTA](https://forms.gle/uKD6XL7sx9mbuzhTA)

Valentin MATHOU,
INFAN
01.70.48.45.51

**Institut National de Formation
des Activités de la Natation**
Fédération Française de Natation
104 rue Martre, CS 70052,
92583 CLICHY Cedex

Déclaration d'activité :
11753454075
Numéro SIRET :
775 695 802 00063
Code APE :
93 12 Z

COÛT DE LA FORMATION

Entraîneurs Salariés / Bénévoles

Frais pédagogiques

50 euros

Paielement par virement bancaire exclusivement

Relevé d'identité bancaire—INFAN

 Crédit Industriel et Commercial							
RELEVÉ D'IDENTITÉ BANCAIRE							
Identifiant national de compte bancaire - RIB							
Banque	Guichet	N° compte	Clé	Devise	Domiciliation		
30066	10781	00020383303	07	EUR	CIC PARIS JAURES		
Identifiant international de compte bancaire							
	IBAN (International Bank Account Number)					BIC (Bank Identifier Code)	
FR76	3006	6107	8100	0203	8330	307	CMCIFRPP
Domiciliation CIC PARIS JAURES 125 AVENUE JEAN JAURES 75019 PARIS ☎ 01 53 35 43 87				Titulaire du compte (Account Owner) INFAN 104 RUE MARTRE CS 70052 92583 CLICHY CEDEX			
Remettez ce relevé à tout organisme ayant besoin de connaître vos références bancaires pour la domiciliation de vos virements ou de prélèvements à votre compte. Vous éviterez ainsi des erreurs ou des retards d'exécution.							
PARTIE RESERVEE AU DESTINATAIRE DU RELEVÉ							



INFAN FFN

DATES ET VOLUMES HORAIRES

Vendredi 12 février 2021
de 9h00 à 12h00
Connexion à partir de
8h45

Volume horaire : 3 heures

LIEU DE FORMATION

Formation en distanciel.
Utilisation de Zoom

CONTACT & INSCRIPTIONS

Inscription via le lien suivant
avant le **mercredi 10 février**
2021

[https://forms.gle/
uKD6XL7sx9mbuzhTA](https://forms.gle/uKD6XL7sx9mbuzhTA)

Valentin MATHOU,
INFAN
01.70.48.45.51

**Institut National de Formation
des Activités de la Natation**
Fédération Française de Natation
104 rue Martre, CS 70052,
92583 CLICHY Cedex

Déclaration d'activité :
11753454075
Numéro SIRET :
775 695 802 00063
Code APE :
93 12 Z