

## FORMATION

# « Préparation mentale et gestion du stress »

**Dimanche 24 novembre 2024 à Bourgoin-Jallieu**

Dossier à renvoyer accompagné du règlement avant le : **17/11/2024**

### Renseignements

#### Identité :

Nom d'usage : ..... Prénom : .....

Nom de naissance : ..... Sexe :  Féminin  Masculin

Date de naissance : ..... Lieu de naissance : .....

Tél : ..... E-mail : .....

#### Votre statut d'animateur :

Bénévole  Stagiaire de la formation professionnelle (BPJEPS ; CQP ;...)

Salarié(e) / Travailleur indépendant  Autre : .....

#### Vos formations/Qualifications dans les activités physiques:

AF1 (activité).....  AF2 (activité).....  BAF (activité).....

BPJEPS (spécialité).....  Autre : .....

#### Votre Association :

Nom association : .....

N° licence : .....

#### Activités et Publics encadrés :

#### Quelles sont vos attentes lors de cette formation ?

## Programme de formation

### Formation à destination des entraîneurs d'activités gymniques (GR, GF, GM, Twirling)

09h00 : Accueil

09h30-12h30 : L'entraîneur, le premier préparateur mental

13h30-16h30 : La gestion du stress

16h30-17h30 : Les besoins et les difficultés rencontrés dans les structures

## Conditions d'inscription

Retour du dossier soit :	
Par courrier	CR FSCF AURA – Service Formation 20 Rue de l'Etissey – 38300 Bourgoin-Jallieu
Par mail	fscf.auvergnerhonealpes.formation@orange.fr
Règlement soit :	
Par chèque	à l'ordre de CR AURA FSCF
Par virement	IBAN FR76 1027 8072 6100 0204 2700 286 (Pensez à indiquer Nom stagiaire+ Intitulé formation)
Tarif :	
Tarif unique :	25 €

- Les inscriptions sont enregistrées à concurrence des places disponibles et dans l'ordre de réception des demandes.
- Toute demande d'inscription ne sera retenue que si elle est complète :
  - ✓ Fiche de renseignements complétée
  - ✓ Règlement du montant de la formation
- Aucune réservation ou inscription ne sera effectuée par téléphone

## Conditions financières :

- Formation en externat (tarif hors frais de déplacement et de restauration)
- Formation non éligible aux dispositifs de financement (OPCO ; CPF ; Pôle Emploi, ...)