



FORMATION BF5

Ligues de Triathlon Nord Pas-de-Calais et Picardie

SAISON 2018

Initiateur Triathlon - Fédéral 5

Envie de différence ? Vibrez Triathlon !

Ligue Nord Pas-de-Calais de Triathlon
Complexe Sportif Maurice Baude – Route
de Bourbourg
59820 GRAVELINES
Tél: 03 28 22 06 79 Email: tri5962@free.fr

Ligue Picardie de Triathlon
91 Rue du Connétable - 60500 CHANTILLY
Tél: 06 63 10 57 59
Email: jessica.degand@triathlon-
picardie.fr

Conditions à respecter dans le cadre de la formation :

(tout manquement pourra entraîner l'annulation de l'obtention du diplôme ou l'impossibilité de passer l'examen)

- ❖ Etre licencié au sein d'un club affilié à la F.F.TRI en 2018 .
- ❖ Etre présent sur les 2 week-end de formation (sauf pour les personnes ayant un allègement de formation)
- ❖ Participer à l'encadrement d'un stage organisé par la Ligue (1 journée minimum) ou une journée EFT (Ecole Française de Triathlon) Pour cela, le stagiaire s'inscrit à un stage lors de la première journée de formation.
- ❖ Avoir 18 ans révolus le jour de l'examen (mai 2018)
- ❖ Etre titulaire du code de la route.
- ❖ Etre titulaire du PSC1 (ou de son équivalent à jour des révisions) le jour de l'examen
- ❖ S'acquitter des frais de formation d'un montant de 150 €* (repas, hébergement et coût du stage compris)

**Pour les licenciés de la Ligue Picardie: La Ligue de Picardie prend en charge 100% des frais d'inscription.*

Inscription



Date limite des inscriptions: *Lundi 20 novembre 2017 dans la limite des 35 premiers dossiers complets.*

Pour vous inscrire:

- Renseigner le GoogleForm pour vous inscrire: [ici](#)

Envoyer par mail à jessica.degand@triathlon-picardie.fr ou par courrier à la ligue NPDC:

- la photocopie du permis de conduire ou attestation d'obtention du code de la route.
- Photocopie du PSC1 ou équivalent
- **Règlement de 150 €uros***:
 - *Pour les licenciés de la Ligue Nord Pas de Calais: par chèque à l'ordre de la Ligue Nord Pas-de-Calais Triathlon à envoyer: Ligue Nord Pas-de-Calais Triathlon – Complexe sportif Maurice Baude – Route de Bourbourg – 59820 GRAVELINES, (motif au dos du chèque: « formation BF5 2017-2018 »)
 - *Pour les licenciés de la Ligue Picardie: La Ligue de Picardie prend en charge 100% des frais d'inscription.

29h de cours + 30h de pratique en club
4 journées de formation + examen

Envie de différence ? **Vibrez Triathlon !**

LIEUX DE FORMATION

Stade couvert de Liévin 02 & 03 décembre 2017



Centre les 3 Doms à Montdidier 16 & 17 décembre 2017



Envie de différence ? Vibrez Triathlon !

Plan de Formation 2017-2018



Module théorique

- Samedi 02 décembre 2017 au stade couvert de Liévin
- Dimanche 03 décembre 2017 au stade couvert de Liévin (Prévoir tenue CAP)
- Samedi 16 décembre 2017 au centre sportif de Montdidier (Prévoir tenue natation + short / t-shirt)
- Cours en salle

Stage pratique

- 1 jour minimum d'encadrement/observation lors d'un stage de ligue (jeune, féminin ou adulte)
- Ou 1 journée EFT organisée par la ligue de Picardie

Module Jeune

- **Dimanche 17 décembre 2017 au centre sportif de Montdidier**
- Intervenants: Cyril Chambelland (CTL Nord Pas de Calais) et Jessica DEGAND (CTL Picardie)

Implication en club

- Au sein de son club: **30H00 Minimum**
- Sous la responsabilité directe d'un tuteur de stage (diplômé d'un brevet fédéral ou d'un diplôme d'Etat)

Examen

- **Un Samedi de mai**
- Rapport d'activité + questions écrites + oral jury

Module théorique

- Samedi 02 décembre 2017 & Dimanche 03 décembre 2017
- Cours en salle au stade couvert de Liévin
 - 09h00-21h30 le samedi
 - 09h00-17h30 le dimanche



Samedi 02 décembre:

Matin:

- ✓ Présentation du contenu de la formation
- ✓ Rôles de l'initiateur en triathlon
- ✓ Histoire du triathlon

Après-midi:

- ✓ Les règles du triathlon
- ✓ Hygiène et sécurité

Soirée:

- ✓ Footing convivial en fin de journée
- ✓ Le triathlon Santé Bien-être Loisir



Dimanche 03 décembre:

Matin:

- ✓ Théorie cyclisme
- ✓ Théorie course à pied
- ✓ Théorie PPG

Après-midi:

- ✓ La socialisation
- ✓ Séance pédagogique sur le terrain

Hébergement Repas au stade
couvert de Liévin

Envie de différence ? **Vibrez Triathlon !**

Module théorique

- Samedi 16 décembre 2017
- Cours en salle au centre sportif de Montdidier
- 09h00/12h00 – 13h30/16h30 20h30/21h30
- 17h30/18h30: Activité Physique



Samedi 16 décembre:

Matin:

- ✓ Les ressources du triathlètes

Après-midi:

- ✓ Le club et son environnement
- ✓ Théorie natation
- ✓ Séance pédagogique à la piscine de Montdidier

Soirée:

- ✓ Les conduites émotives



Hébergement & Repas au centre les
3 Doms à Montdidier

Envie de différence ? Vibrez Triathlon !

Module Jeunes

- Dimanche 17 décembre 2017
- Cours en salle au centre sportif de Montdidier
- 09h00/12h00 – 13h30/16h30



La mallette pédagogique est proposée à chaque stagiaire au tarif de 95€

✓ **Contenus de formation:**

Partie 1 : L'école Française de Triathlon

Partie 2 : Outils et dispositifs fédéraux de développement

✓ **Compétences attendues :**

Savoirs :

- Connaître les dispositifs liés à la pratique des disciplines enchainées pour le public jeune

Savoir-faire :

- Etre capable d'utiliser les outils de développement liés à la pratique jeune
- Etre capable d'utiliser les outils de la mallette pédagogique « Ecole Française de Triathlon »

Modalités d'évaluation :

- Questionnaire de fin de formation (évaluation formative)

Intervenant : Cyril CHAMBELLAND (CTL Nord Pas de Calais)

Jessica DEGAND (CTL Picardie)



Ce module est ouvert à
tous

Stage pratique

- 1 journée d'encadrement sur un stage de Ligue au choix.
- Ou participation à l'encadrement sur une journée EFT



Contenus de formation:

- ✓ Prendre part à l'équipe d'encadrement du stage de ligue en tant qu'assistant

Public:

- Jeunes
 - Stage Pupille
 - Stage Benjamins
 - Stage Minimes
 - Cadets / Juniors
- Adultes

Les stages sont des temps de formation à part entière et proposent beaucoup de richesse d'apprentissage du rôle de BF5..

- ✓ Participation à l'encadrement sur une journée EFT

Public:

- Jeunes de 6 à 11 ans (Mini-Poussin / Benjamins)

L'encadrement sur une journée EFT permet de se familiariser sur l'outil pédagogique de la mallette EFT et plus particulièrement sur les tests EFT.

Votre présence est prévue sur une journée minimum (frais compris dans le coût de formation), Vous vous positionnez selon votre convenance sur l'un des stages suivants:

- Stage Pupilles: Samedi 13 janvier
- Stage Benjamins: 26 & 27 décembre
- Stage Minimes: 26 & 27 décembre
- 2 Stage Cadets / Juniors (lieu différent): 28 & 29 décembre
- Stage de détection à Cavaillon (minimes à Juniors): 29 avril au 05 mai
- Stages adultes: dates à venir
- Journée EFT: date à venir

Examen

- Un samedi de mai
- Rapport d'activité + questions écrites + oral jury



Modalités d'examen du diplôme BF5 :

- Epreuve 1 : Rédaction d'un rapport de stage
- Epreuve 2 : Oral de stage (présentation puis entretien autour du rapport)
- Epreuve 3 : Epreuve écrite / contenus théoriques (QCM)

Critères de validation BF5 :

- Avoir la moyenne sur l'ensemble des 3 épreuves
- Note éliminatoire < 06/20

Envie de différence ? **Vibrez Triathlon !**

Coordination de la Formation :

- La formation est coordonnée par les Conseillers Techniques des Ligues Picardie et Nord Pas-de-Calais (CTL)*

*Cyril CHAMBELLAND
Conseiller Technique
Ligue Nord Pas-de-Calais
E-mail: tri5962@free.fr
Tél: 03.28.22.06.79

*Jessica DEGAND
Conseillère Technique
Ligue Picardie
E-mail: jessica.degand@triathlon-picardie.de
Tél: 06.63.10.57.59