

Boxing Energy

Les pratiquants ont besoin de se défouler dans une activité intensive et de groupe. L'activité Boxing Energy® est une méthode d'entraînement cardio-respiratoire qui se pratique en musique et sans matériel en utilisant des techniques issues des sports de combat.

La Formation Boxing Energy vous permettra d'enrichir vos séances EPGV avec cette activité à dominante Energy (énergétique).



PUBLIC

Titulaire du diplôme « animateur 1er degré Adultes en salle »

- Titulaire du CQP ALS Option AGEE
- Titulaire du CQP Instructeur FITNESS mention cours collectifs
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BP, STAPS, etc.) permettant l'encadrement de cette activité.



PRÉREQUIS

Être licencié à la FFSV

Être titulaire du PSC (Premiers Secours Citoyen) ou équivalent

Être titulaire de la formation « Culture fédérale »

Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif

Être titulaire du module commun « Basic Tendance »

Avoir des expériences dans un ou plusieurs domaines (techniques d'expression, techniques cardio, renforcement musculaire, techniques douces) et dans l'activité Boxing Energy®

Avoir un intérêt à porter le projet « Tendance ».



OBJECTIFS DE LA FORMATION

Renforcer les compétences techniques de l'animateur en Boxing Energy®

S'approprier les fondamentaux et les techniques de l'activité Boxing Energy®

S'approprier l'outil de formation (manuel et DVD)

Concevoir des séquences de Boxing Energy® dans la logique de l'activité.



CONTENUS DE LA FORMATION

Logique interne et technique de l'activité Boxing Energy®

Répertoire de mouvements

Combinaison de mouvements et démarches pédagogiques

Composantes musicales et chorégraphiques

Créativité et expression

Exemple de combinaison de mouvements.



MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

Alternance d'apport de connaissances et de mise en pratique sur le terrain.

Formation centrée sur l'appropriation de techniques en lien avec les compétences d'animateur



OUTILS DE FORMATION

Manuel de formation

DVD explicatif pas à pas des différentes techniques.



INTERVENANTS

Responsable de Formation FFSV

Un Formateur FFSV inscrits sur la liste nationale des habilités « Tendance »

Intervenant expert de la technique Tendance



MODALITÉS DE VALIDATION

Feuilles de présence

Fiche d'émargement

Formulaires d'évaluation de la formation

Évaluation formative :

Mises en situation pratique

Animation de séquences.



MODALITÉS DE CERTIFICATION

Pour y accéder :

Avoir suivi intégralement la formation.

Formation non certifiante



DIPLÔME REMIS

Attestation fédérale Tendance « Boxing Energy »



POINTS FORTS

Une formation modulaire complémentaire afin d'enrichir ses compétences d'animateur

Un contenu innovant pour répondre aux demandes des pratiquants

Des outils clefs en main.



BÉNÉFICES MÉTIER

Renforcer ses compétences d'animation (technique, découpage musical, construction chorégraphique, démarches pédagogiques).



RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

Auprès de notre assistante de formation

03 20 88 27 30 - hautsdefrance@comite-epgv.fr



DURÉE ET DÉROULÉ

Formation en centre : 14 h

Boxing Energy



CALENDRIER DE FORMATION

Formation en présentiel

5 et 6 février 2027



LIEU DE FORMATION

CREPS de Wattignies (59)



TARIF

Frais pédagogiques : 565 €

Frais administratifs et de positionnement : 20 €

Frais de transport : à la charge du stagiaire

Frais annexes (hébergement, restauration) : à la charge du stagiaire



POUR ALLER PLUS LOIN

Suite à cette formation, nous vous conseillons de suivre une autre spécialisation : **Tendance**



ACCESSIBILITÉ

Vous êtes en situation de handicap et souhaitez participer à l'une de nos formations ?

Consultez-nous : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée.