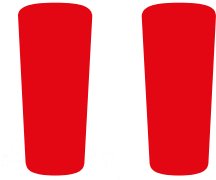


CONTENU ET OBJECTIFS

Formation préparation Test Technique & Cycle préparatoire DE Ski Alpin

Qualification visée : Statut de moniteur stagiaire



Format Formation 5 jours – 35h d’entraînements entre 03 octobre 2022 au 31 mars 2023
Possibilité d’enchaîner plusieurs semaines – Contactez nous pour un devis sur mesure

MODULE 1 : Entraînement au test technique

- Retour vidéo
- Entraînement slalom spécial, examen blanc
 - Perfectionnement mental
 - Entretien du matériel
 - Connaissance du matériel
- Lecture du terrain et du tracé

MODULE 2 : Préparation physique et foncière

- Préparation physique
 - Sport collectif
- Ski foncier, éducatif en libre
 - Préparation mentale
- Interventions pédagogiques selon les disponibilités