

MONITEUR FÉDÉRAL AEROBIC

PRÉSENTATION GÉNÉRALE DU DIPLÔME

PRÉSENTATION

- Le Moniteur fédéral est un diplôme d'entraînement
- Il permet d'acquérir des compétences pour encadrer des équipes évoluant au niveau fédéral

ATTENTION : ce diplôme ne confère pas de prérogatives d'exercice pour encadrer contre rémunération

OBJECTIFS

- Acquérir les compétences nécessaires pour entraîner des gymnastes sur le programme fédéral dans la discipline choisie.

CONTENUS

- 3 modules de formation :

LA FORMATION EN RÉSUMÉ

- **Durée :**
 - **70 heures**
- **Dates :**
 - **Janvier 2026 à octobre 2026**
- Stage en structure dans un **club FFGym** avec un groupe de **gymnastes compétitifs de niveau Fédéral** :
 - **70 heures**

Module FOAD commun à toutes les disciplines (10h)	Charte de l'encadrement Sciences humaines L'organisation du système compétitif Les caractéristiques des publics Anatomie, développement de la force Physiologie de la performance Statuts et règlements intérieur de la FFG Prévention dopage Anatomie, physiologie, renforcement musculaire, souplesse, réglementation
Module commun à toutes les disciplines (25h)	Préparation gymnique Préparation physique Préparation acrobatique Protection des gymnastes Démarche d'entraînement Séance
Modules spécifiques AER (35h)	Méthodologie enseignement Pédagogie et mise en situation Analyse vidéo Préparation à la compétition

MONITEUR FÉDÉRAL AEROBIC

MODALITÉS D'ENTRÉE EN FORMATION

PUBLICS CIBLÉS

- Tout public souhaitant faire de l'entraînement et répondant aux prérequis.

L'accès à la formation peut faire l'objet d'adaptation pour les personnes en situation de handicap. Pour plus d'informations, contacter l'Académie.

PRÉREQUIS

- Être licencié à la FFGym
- Avoir 17 ans avant l'entrée en formation
- Être titulaire de l'animateur fédéral dans la discipline : AER

COÛTS ET FINANCEMENT DE LA FORMATION

Coût pédagogique :

- **770,00€**

Frais de rattrapage :

- **120€ par épreuve**

Les formations proposées par l'Académie France Gymnastique sont éligibles aux financements des OPCO.

Les frais pédagogiques et les frais annexes sont à la charge de la structure / du participant.

CONTACTS

Académie France Gymnastique :
formation@ffgym.fr

Référent handicap :
Alexandra GUITON alexandra.guiton@ffgym.fr

Responsable technique de la formation :
Thierry GAUVIN thierry.gauvin@ffgym.fr

INSCRIPTIONS

• Jusqu'au :

- **AER : 1^{er} mars 2026**

Connectez-vous à votre espace licencié sur ffgym.fr puis [cliquez ici](#)

Délai de traitement : 3 semaines

L'Académie se réserve le droit d'annuler la formation en fonction du nombre d'inscrits selon les disciplines

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Formation en présentiel
- Formation ouverte à distance (FOAD)

MOYENS TECHNIQUES

- Echanges avec les participants
- Cas pratiques
- Mise en situation / alternance
- PowerPoint

MÉTHODE D'ÉVALUATION

- Conduite de séance en centre de formation avec un groupe de gymnastes
- QCM et selon les disciplines, analyse technique et/ou entretien et/ou composition ...

FORMATEURS

- Experts de l'entraînement

CALENDRIER DE FORMATION



MONITEUR AER - National

Module FOAD	à distance	du 16 mars au 31 octobre 2026
Module Commun	Colomiers (31)	du 26 au 29 janvier 2026
		Ou à partir d'octobre 2026 (en cours de programmation)
Module Spécifique 1	Ile-de-France	du 21 au 25 avril 2026