

# 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](mailto:formation@ffgym.fr)

**Référent handicap :**

Alexandra GUITON [alexandra.guiton@ffgym.fr](mailto:alexandra.guiton@ffgym.fr)

**Responsable technique de la formation :**

Thierry GAUVIN [thierry.gauvin@ffgym.fr](mailto:thierry.gauvin@ffgym.fr)

### INSCRIPTIONS

• Jusqu'au :

- AER : 1<sup>er</sup> mars 2026



Connectez-vous à votre espace licencié sur [ffgym.fr](http://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
<b>Module Commun</b>	<b>Colomiers (31)</b>	<b>du 26 au 29 janvier 2026</b>
Module Spécifique 1	Ile-de-France	<b>Ou à partir d'octobre 2026</b> <small>(en cours de programmation)</small>

