

Préambule et fondements de la performance sportive du cavalier (38)

OBJECTIF DE LA FORMATION

Savoir poser les bases essentielles d'un accompagnement performant pour optimiser la confiance et la performance du couple cavalier-cheval

PRÉ-REQUIS –PUBLIC CIBLE

Avoir une **licence fédérale valide**.
Être dirigeant ou enseignant de la filière équestre, tous niveaux, toutes disciplines.

MÉTHODE ET OUTILS PÉDAGOGIQUES MOBILISÉS

Échanges et exercices de respiration, de concentration,
Travail individuel et en groupes et binômes
Présentation théorique interactive en salle, mise en pratique à cheval dernier après-midi.

LES + DE LA FORMATION

Infrastructures d'accueil de qualité.
Chevaux mis à disposition (inclus) ou possibilité de venir avec son équidé le dernier jour.
20 euros le boxe ou 15 euros le paddock, à régler directement à la structure d'accueil.

INTERVENANTS

Patrick GAILLARD, préparateur mental et physique pour la performance sportive.



ET Nathaly TERRAGNOLO, enseignante d'équitation et experte fédérale hunter. (mardi après-midi).

2 journées en présentiel
14 heures

Lundi 16 et mardi 17
décembre 2024
à Arandon Passin(38)

CONTENU – PROGRAMME DE FORMATION

Module 1

Objectifs

Comprendre les fondements et les spécificités de la performance sportive en équitation

Apprendre à me re-connaître, et définir mes axes de progrès

Contenu

1- les 4 dimensions de la performance :

Préparation invisible/ Préparation mentale/ Préparation physique / Energie partagée

2- Les outils de la performance

Motivation - Fixation d'objectifs- Gestion des réactions- Gestion des moments clés

Diagnostic motivationnel

Module 2

Objectifs

Instaurer les éléments susceptibles d'optimiser ma performance sur les 4 axes

Mettre en pratique les différents éléments et axes de progrès définis afin d'optimiser la performance du couple cavalier(ère)/cheval

Contenu

3- Instaurer les éléments susceptibles d'optimiser ma performance sur les 4 axes

4-Mettre en pratique les différents éléments et axes de progrès définis afin d'optimiser la performance du couple cavalier(ère)/cheval

DATES ET LIEU DE FORMATION

Lundi 16 et mardi 17 décembre 2024

Les Écuries d'Arandon 900 Rue de Lonne,38510 Arandon-Passins

MODALITÉS D'ÉVALUATION ET SUIVI

Évaluation continue des acquis au cours de la formation par le formateur par le biais d'échanges et de questions/réponses.

Attestation de fin de formation.

Évaluation de la satisfaction par un questionnaire.

HANDICAP

Contactez le référent Handicap du CFA : formation.ara@cre.ffe.com - 06 29 96 06 06

Plus d'informations sur notre site internet : www.centredeformation-creara.com

Lieux de formation accessibles aux personnes à mobilité réduite

INSCRIPTIONS

Compléter le formulaire d'inscription en ligne : [S'inscrire](#)

Nombre de places : 8 mini, 14 maxi

Une convocation vous sera envoyée par mail dès validations de votre dossier et du financement.

Signature d'une convection de formation.

Délai d'inscription : 7 jours avant le début de la formation



TARIF & FINANCEMENT

392 euros net de taxe pour les 14 heures de formation (hors frais d'hébergement et de restauration). Demande d'acompte de 50 euros à l'inscription (déduit de la 1ère facture ou recrédité selon le financement).

Si vous souhaitez venir avec votre cheval : 40 euros le boxe ou 75 euros les 2 jours TTC à régler directement au Domaine de la Sauvageonne (possibilité d'arriver la veille sans surplus).

Financements possibles auprès de Fonds de la Formation Professionnelle :



VIVEA : Pour les dirigeants et conjoints collaborateurs, 392 euros (100% pris en charge dans la limite des 3000 € de fonds disponibles par personne par année civile)

<https://extranet.vivea.fr/hapi/#/connexion>

OCAPIAT : Pour les salariés, 392 euros (prise en charge à hauteur de 50% des frais de formation soit 196 euros, soit un reste à charge de 196 euros pour l'employeur). **Demande de prise en charge à déposer AVANT le début de la formation sur votre espace OCAPIAT.**



<https://monespace.ocapiat.fr/#>



AGEFICE/ FIFPL : Pour les indépendants, 392 euros, possibilités de financement selon votre Contribution Formation Professionnelle. **Demande de prise en charge à transmettre à AGEFICE 15 jours avant le début de la formation et 10 jours pour le FIFPL.**

<https://fifplonline-odf.fifpl.fr/login> <https://communication-agefice.fr/>

RESTAURATION

Possibilité d'apporter votre panier repas le midi, salle équipée d'un réfrigérateur et micro-ondes.

CONTACTS

Corinne BARES Tél. : 06.29.96.06.06

Marylin VALADE Tél. : 07.66.38.35.15

Mail : formation.ara@cre.ffe.com



CF CRE ARA

Maison Régionale des Sports

68 avenue Tony Garnier - 69304 Lyon cedex 07

Numéro Siret : 833 648 496 000 28

OF enregistré sous le numéro de déclaration d'activité 84010220101

auprès du préfet de région Auvergne Rhône Alpes, cette déclaration ne vaut pas agrément de l'État.