

## Programme prévisionnel AMFPC – Toussaint 2020

	Stage formation				
	Lundi 19 octobre	Mardi 20 octobre	Mercredi 21 octobre	Jeudi 22 octobre	Vendredi 23 Octobre
	Dole	Dole	Dole	Dole	Dole
<b>Matin</b>	Sur site à 10h Rappel Code du Sport et Prépa matos	Cours : pédagogie et mise en place d'une séance + Pagaies Couleurs	Préparation séance	Visite d'une structure + Préparation navigation	Cours : Législation Et rangement gîte
<b>Midi</b>	Pique-nique*	Repas	Repas	Repas	Repas
<b>Après midi</b>	Pratique sécu (eau calme) + découverte lieu de pratique	Pratique : mise en place d'un exo entre stagiaire	Pratique : Mise en place de séance sur public	Pratique sécu en EV + sécu eaux vives	Cours : La FFCK
<b>Soirée</b>	Cours : rappel du planning et de l'année de formation	Cours : comment se construire un panel d'exercices ludiques et techniques par rapport à PC	Débriefing de la séance + Cours : pratique éco – responsable	Cours : Dangers du CK et matos du cadre + Sécu	Fin de la formation 16h au club de Dôle
<b>Nuit</b>	Gîte	Gîte	Gîte	Gîte	

\*repas pris en charge par le Comité Régional.

Pensez à prendre :

- De quoi prendre des notes (papiers, crayons, ordinateurs)
- De quoi encadrer (bateau plastique, gilet sécu)
- De quoi faire les exos de sécu (combinaison si besoin, chaussure, bon kway)
- Un petit duvet