

# INITIATION PARKOUR

Développez et contrôlez votre corps par le biais de l'activité Parkour en alliant la course, le passage d'obstacles, sauts, escalades grâce à vos capacités motrices dans différents types d'environnements !

- **Compétences de la formation**

1. Comprendre et transmettre la philosophie du Parkour
2. Animer l'activité Parkour en autonomie
3. Animer l'activité Parkour en toute sécurité
4. Vivre, comprendre et transmettre les techniques de franchissement
5. Adapter l'activité en fonction de votre public

- **Pour qui**

- ✓ Educateur sportif titulaire à minima d'un CQP ALS
- ✓ Encadrant bénévole titulaire d'un brevet fédéral

- **Pré-requis**

- ✓ Etre titulaire d'une licence PREMIUM ASPTT en cours de validité
- ✓ Être âgé(e) de 18 ans
- ✓ Etre titulaire d'une formation de secourisme ou équivalent (PSC1, AFPS, SST, etc...)

- **Durée de la formation : 20 heures**

- ✓ 14h en présentiel
- ✓ 3h en distanciel
- ✓ 2h de certification

- **Moyens pédagogiques**

- ✓ Apport théorique
- ✓ Mise en situation pratique
- ✓ Mise en situation d'animation
- ✓ Supports pédagogiques fournis
- ✓ Accompagnement et suivi par les formateurs de la Fédération Parkour

- **Modalités de certification**

- ✓ Avoir suivi l'intégralité de la formation
- ✓ Questionnaire pour évaluer le degré d'acquisition des connaissances
- ✓ Créer et animer une séquence de parkour
- ✓ Etude de cas : Proposer des variables pour répondre à une situation donnée

- **Coût de la formation**

- ✓ 200 euros (repas compris)
- ✓ Financement possible par l'AFDAS (frais pédagogiques + frais annexes)

- **Inscriptions**

- ✓ Informations sur [Partageons!](#) Et sur le [site ASPTT](#)
- ✓ Stéphanie BONADDIO - Responsable formation et emploi- 06 40 79 50 35 – [formation@asptt.com](mailto:formation@asptt.com)

Nombre de **places maximum** par session de formation : **15 participants**