



# COMITE D'ILE DE FRANCE de la FEDERATION FRANCAISE DE CYCLISME

VELODROME NATIONAL DE SAINT-QUENTIN-EN-  
YVELINES

1 rue Laurent Fignon 78180 MONTIGNY LE BRETONNEUX  
Tél. : 01 81 88 08 36

Site internet : <https://cif-ffc.fr/>

## FORMATION FEDERALE

### EDUCATEUR FEDERAL ROUTE/CYCLO CROSS (27/28 AVRIL ET 25/26 MAI)

Le Comité Régional Ile de France organise une formation « Educateur Fédéral Route/Cyclo-cross ». Cette formation comportera 2 sessions de 2 jours en présentiel, en alternance avec du travail en formation à distance (2 jours Cours et QCM). Elle se déroulera au Vélodrome National de Saint Quentin en Yvelines. La participation aux 2 sessions de présentiel de 2 jours est obligatoire.

Pour pouvoir participer à ce module, il faut déjà avoir participé au module accueil, être licencié auprès de la FFC et être titulaire du PSC1.

Les repas seront tirés du sac les jours de formation.

**L'inscription se fait directement en ligne en cliquant sur les liens ci-dessous (le nombre de places étant limité, seuls les 15 premiers ayant des dossiers complets et mis à jour seront pris). Le questionnaire ne préviendra pas en cas d'inscription complète et seul un mail de notre part pourra la justifier.**

**Coût de la formation** : 350 euros.

**L'inscription sera validée une fois les éléments ci-dessous effectués :**

- Inscription via le formulaire d'inscription à remplir avant le 20 avril 2024
- Mail à [iledefrance@ffc.fr](mailto:iledefrance@ffc.fr) avec votre PSC 1 ou l'information que vous le passerez ultérieurement à faire avant le 20 avril 2024
- Virement de 350 € (une fois notre mail reçu) au CIF ([RIB](#)) avec la mention « Educateur Fédéral Route CX NOM Prénom » à faire parvenir avant le 25 avril 2024

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

27/28 AVRIL ET 25/26 MAI

CLIQUEZ-ICI

Schéma formation fédérale : <http://www.cif-ffc.org/menuCif/communiquésCTR/PREZFORMFED.pdf>

# ÉDUCATEUR FÉDÉRAL

Encadrer un collectif de compétiteur.rice.s dans le but de leur enseigner les apprentissages techniques

## OBJECTIFS

- Se construire une expertise fine dans une discipline précise afin de préparer des sportifs à la maîtrise technique et pédagogique d'une famille disciplinaire
- Construire, de manière autonome et responsable, des séances pédagogiques collectives dans un espace délimité, à destination des jeunes en EFC Club de compétition (8 à 16 ans et pratiquants initiés)

## CONTENU

### Journées en présentiel (25h45)

- Conception et animation de séances pédagogiques
- Conception d'un cycle d'apprentissage
- Cyclisme au féminin : la mixité
- Violences dans le sport
- La préparation physique générale
- Les grands principes de l'entraînement dans la famille disciplinaire
- Approche et préparation de la compétition

### Formation à distance (16h15)

- Rôle de l'éducateur fédéral
- Physiologie de l'effort
- Les règles de vie du sportif
- Organisation de la discipline
- La mécanique

### Stage pédagogique en structure (30h)

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

### Journée en présentiel

- Exposé participatif
- Évaluation par le formateur de l'animation d'une séance pédagogique
- Attestation de stage

### Formation à distance

- Cours et QCM sur la plateforme pédagogique



**5 SPÉCIALITÉS POSSIBLES**  
VTT, Route/Piste, BMX Race,  
BMX Freestyle, Cyclo-cross



Cette formation est accessible à toute personne.

## CONDITIONS D'ACCÈS À LA FORMATION

Avoir validé le module accueil /  
Posséder une licence FFC valide / Avoir  
le PSC1 (ou s'engager à le passer)

### PUBLIC

Licencié.e FFC âgé.e d'au moins 16 ans,  
bénévole et/ou salarié.e

## INSCRIPTIONS

### DURÉE

4 jours (42 heures) de formation  
+ 30 heures de stage pédagogique

### TARIF

350 €

## CONTACT

Pour plus d'informations sur cette formation,  
veuillez envoyer un mail à [o.meyer@ffc.fr](mailto:o.meyer@ffc.fr)

