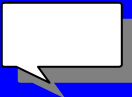




> BREVET FEDERAL 4

PREROGATIVES

- > Conduit et encadre un projet de découverte, d'animation ou d'entraînement.
- > Élabore des contenus pédagogiques
- > Participe à la conception et à la mise en place du projet du club.
- > Participe au fonctionnement et à la gestion de l'association.
- > Participe à la gestion et à la promotion du triathlon.

	Maxime HUTTEAU hmax51@hotmail.com 07.62.98.51.51
	80h : en centre 60h : en structure Formation en alternance
€	1200€: Prise en charge OPCA 700€: Financement personnel
	16-17 déc ; 20-21 janv ; 17-18 fév ; 17-18 mar ; 14-15 avr Examen: Mai 2018
#	CREPS de REIMS Route de Bezannes 51100 REIMS

[Inscription en ligne](#) ▶



PUBLIC

- > Etre titulaire du BF5
- > Etre licencié(e) à la F.F.TRI.
- > Etre Titulaire du BNSSA avec DSA
- > Avoir effectué 2 triathlons ou duathlons M dans les 3 ans précédant l'examen



CONTENU

- > Analyse du triathlon
- > Bases physiologiques et méthodologiques de l'entraînement au triathlon
- > Préparation Physique
- > Nutrition et performance sportive
- > Déterminants psychologiques
- > Modes de locomotion et Enchaînements
- > École Française de Triathlon et ENF1
- > Intégrité physique des pratiquants



DEMARCHE

- > Alternance entre formation en centre et formation dans une structure fédérale affiliée à la F.F.Tri.
- > Le stagiaire sera sous la responsabilité d'un tuteur, titulaire d'un diplôme fédéral (BF4 ou BF3) ou d'un diplôme d'État triathlon.



ALLEGEMENT

Les athlètes inscrits sur liste SHN3 et les étudiants en Licence STAPS entraînement option triathlon (L1 validé) sont dispensés du pré requis BF5 pour l'entrée en formation.



MODALITES

- > Rapport de stage pédagogique
 - > Entretien avec un jury
- Note éliminatoire < 06/20