

## Formation continue INFAN - FFN

---

### Formation des entraîneurs de plongeon :

### « Les premiers pas du plongeur débutant »

---

Mercredi 21 octobre 2026  
De 20h à 21h15

Formation à distance (visio)

Nombre de places : 95

Volume horaire : 1h15

Tarif : 10€

Intervenants :

- Frédéric PIERRE
- Frédéric PAROT
- Laurent FOUCHARD

**Formation  
à distance**



## MODALITÉS

- 1h15 de formation à distance.
- Formation mise en place à partir de 5 inscrits et limitée à 100 personnes.
- Public visé : Entraîneurs de club, plongeurs
- Modalités d'évaluation : Autoévaluation en début et fin de formation (auto-positionnement)
- Prérequis : aucun
- Le nombre de places étant limité, les inscriptions seront enregistrées par ordre d'arrivée.

## PROGRAMME DE LA FORMATION

Aborder la construction des premiers niveaux d'exercices à mettre en place pour un plongeur débutant.

## DATE ET LIEU DE LA FORMATION

### **DATE :**

- Mercredi 21 octobre 2026 (de 20h à 21h15)
- Volume horaire : 1h15
- Formation à distance (en visioconférence sur Google Meet)

## MÉTHODES MOBILISÉES

Cette formation se base sur le recueil et la mise en relief de l'expérience d'experts d'une part, et la capacité collective à pointer les éléments clés et les problématiques soulevées par le sujet d'autre part.

### **INTERVENANTS :**

Acteurs experts : Frédéric PIERRE / Frédéric PAROT / Laurent FOUCHARD

Présentateurs / Animateurs : Frédéric PIERRE / Frédéric PAROT / Laurent FOUCHARD

## COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Être capable de mettre en place une méthode logique pour apprendre les premiers exercices (chandelles et entrées dans l'eau) en plongeon.



## ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Aux termes de l'article L120.2 du Code du Travail : Nul ne peut apporter aux droits des personnes et aux libertés individuelles et collectives de restrictions qui ne seraient pas justifiées par la nature de la tâche à accomplir ni proportionnées au but recherché. « Constitue un handicap, au sens de la loi, toute limitation d'activité ou restriction de participation à la vie en société subie dans son environnement par une personne en raison d'une altération substantielle, durable ou définitive d'une ou plusieurs fonctions physiques, sensorielles, mentales, cognitives ou psychiques, d'un polyhandicap ou d'un trouble de santé invalidant » - Article 114 du code de l'action sociale et des familles.

Pour les personnes en situation de handicap veuillez nous contacter à :  
infan@ffnatation.fr pour que nous puissions étudier votre demande et définir des aménagements adaptés.

Référente handicap FFN : Frédérique CROCHARD

Mail : [frederique.crochard@ffnatation.fr](mailto:frederique.crochard@ffnatation.fr)



## OBJECTIF DE LA FORMATION

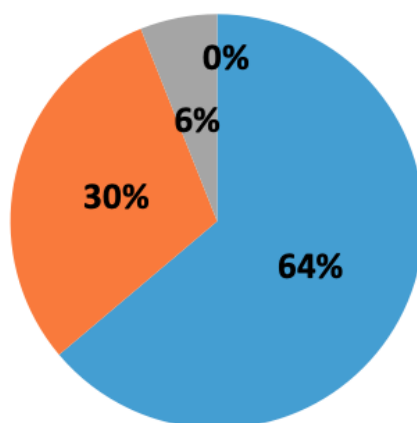
- Être capable de construire avec méthode des premiers niveaux d'exercices pour optimiser l'initiation et l'apprentissage des plongeurs débutants



## TAUX DE SATISFACTION

**Taux de satisfaction des formations INFAN en 2026 : 94%**

Taux de retour d'enquête : 78,30% (83 sur 106)



■ Très satisfait ■ Satisfait  
■ Peu satisfait ■ Insatisfait

## € COÛT DE LA FORMATION

|                            | Participants |
|----------------------------|--------------|
| <b>Frais pédagogiques</b>  | 10 €         |
| <b>Frais d'inscription</b> | OFFERT       |
| <b>TOTAL</b>               | <b>10 €</b>  |

### Moyen de paiement accepté :

- Carte bancaire – paiement en ligne via un lien de paiement sécurisé accessible en fin de formulaire d'inscription.

## CONTACTS

|                                                |                     |                                                                                          |                |
|------------------------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| Référent pédagogique                           | Frédéric PIERRE     | <a href="mailto:frederic.pierre@ffnatation.fr">frederic.pierre@ffnatation.fr</a>         |                |
| Référente Handicap                             | Frédérique CROCHARD | <a href="mailto:frederique.crochard@ffnatation.fr">frederique.crochard@ffnatation.fr</a> |                |
| Référent administratif et technique de l'INFAN | Valentin MATHOU     | <a href="mailto:valentin.mathou@ffnatation.fr">valentin.mathou@ffnatation.fr</a>         | 01 70 48 45 51 |

## ÉQUIVALENCE, SUITE DE PARCOURS

Cette formation pourra être prise en compte pour la partie des connaissances pédagogiques de la formation continue des brevets fédéraux. Pour la valider totalement la partie Sauvetage et Sécurité sera à suivre (3h).

Suite de parcours :

Formation complémentaire à la formation (voir sur le site FFNatation dans l'onglet formation INFAN : <https://www.ffnatation.fr/la-formation-professionnelle-continue-des-entraîneurs>)



## ÉTAPES A SUIVRE POUR L'INSCRIPTION

Date limite d'inscription : lundi 19 octobre 2026

### 1. Inscription (par ordre d'arrivée) :



**Je m'inscris à la formation**

<https://forms.gle/i28VkQtoPpBQMrbu7>



2. Réception d'un mail de confirmation d'inscription.
3. Quelques jours avant la formation, réception d'une convocation, fiche de présentation de la formation, planning détaillé.
4. Jour J de la formation.
5. Quelques jours après la formation : réception de la facture acquittée + certificat de réalisation de la formation + contenus éventuels (si la formation a été intégralement suivie et à jour de son règlement).

Les conditions générales de vente sont téléchargeables [ICI](#).