



MERCREDI DE LA FFN

QUELLE PRÉPARATION POUR LES COMPÉTITIONS EN EAU GLACÉE

PUBLIC VISÉ

- * Formation ouverte à toutes et tous (licencié, non licencié, étudiant, entraîneur, dirigeant ...)

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- * Mieux appréhender l'environnement, la réglementation et la préparation de la nage hivernale / nage en eau glacée.

CONTENUS DE LA FORMATION

- * Les origines de la nage hivernale en France et à travers le monde ;
- * Le règlement des championnats de France de nage hivernale 2020 ; sélection ;
- * La préparation aux compétitions en eau glacée ;
- * Les risques et la sécurité ;

ORGANISATION DE LA FORMATION

- * Apports théoriques ; support vidéo ;
- * Partages d'expériences et échanges ;

COÛT DE LA FORMATION

Un participant	
Frais pédagogiques	40 €

INTERVENANTS : Nageurs de l'extrême

- * Dr. Alexandre FUZEAU, spécialiste du 1000m eau glacée, officiel IISA, Guinness book des records
- * Jacques TUSET, traversée de la Manche à la nage, officiel IISA
- * Ouverture de la formation par Stéphane LECAT, directeur Eau libre FFN

DIVERS

- * **Formation limitée à 100 personnes**
- * Inscription et règlement à partir du lien Google forms ci contre,
- * Après validation du paiement par l'INFAN, envoi 24h avant le début de la formation d'un lien ZOOM pour suivre le live à distance.
- * Une attestation de suivi de formation sera délivrée par l'INFAN à l'issue de la journée qui pourra servir, en partie, à la formation continue d'un brevet fédéral



INFAN FFN

DATE ET VOLUMES HORAIRES

Mercredi 11 novembre
2020

De 10h à 17h

Pause repas 12h30-13h30

Volume horaire : 6 heures

MODALITES DE FOR- MATION

Formation accessible
uniquement à distance
(ZOOM)

CONTACT & INSCRIPTIONS

Contactez, Monsieur

Valentin MATHOU,
INFAN,

au 01.70.48.45.51 ou par

mail :

infan@ffnatation.fr

L'inscription est à faire à partir
du lien suivant :

[https://forms.gle/
y6EKgNA5VsGcThz47](https://forms.gle/y6EKgNA5VsGcThz47)

**Institut National de Formation
des Activités de la Natation**

Fédération Française de Natation
104 rue Martre, CS 70052, 92583
CLICHY Cedex

Déclaration d'activité :

11753454075

Numéro SIRET :

775 695 802 000 63

Code APE :

93 12 Z



MERCREDI DE LA FFN

QUELLE PRÉPARATION POUR LES COMPÉTITIONS EN EAU GLACÉE

Bulletin à renvoyer **UNIQUEMENT** par courrier si règlement par chèque en complément de l'inscription en ligne

Date limite : le mercredi 04 novembre à infan@ffnatation.fr
(merci de privilégier toutefois le paiement par virement)

IDENTITE DU STAGIAIRE

Prénom/Nom :

Club/ structure :

Adresse mail :

Numéro de téléphone :



INFAN FFN

DATE ET VOLUMES HORAIRES

**Mercredi 11 novembre
2020**
De 10h à 17h
Pause repas 12h30-13h30

Volume horaire : 6 heures

MODALITES DE FOR- MATION

**Formation accessible
uniquement à distance
(ZOOM)**

CONTACT & INSCRIPTIONS

Contacter, Monsieur

Valentin MATHOU,
INFAN,
au 01.70.48.45.51 ou par
mail :
infan@ffnatation.fr

L'inscription est à faire à partir
du lien suivant :

[https://forms.gle/
y6EKgNA5VsGcThz47](https://forms.gle/y6EKgNA5VsGcThz47)

**Institut National de Formation
des Activités de la Natation**
Fédération Française de Natation
104 rue Martre, CS 70052, 92583
CLICHY Cedex

Déclaration d'activité :
11753454075
Numéro SIRET :
775 695 802 000 63
Code APE :
93 12 Z