

# ÉDUCATEUR FÉDÉRAL D'AVIRON INDOOR

## OBJECTIFS

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Prendre en charge des pratiquants dans le but de les faire progresser,
- Maîtriser les offres de pratique indoor afin de proposer les plus pertinentes à ses publics,
- Mettre en place et dynamiser des projets indoor adaptés à la structure, aux publics présents et aux publics cibles,
- Animer des séances d'aviron indoor, de RoWning et d'AviFit,
- Entretien et réparation d'un ergomètre.

## CONTENU

Les grandes notions abordées :

- Dispositifs fédéraux,
- AviFit : théorie et pratique,
- RoWning : théorie et pratique,
- Challenges et animations : théorie et pratique,
- Coaching,
- Performance : bases physio et tests,
- Matériel : maintenance, réparation, applications et logiciels.

## PUBLIC

Toute personne (bénévole ou professionnel) intervenant dans une structure d'aviron.

Sur dérogation, toute personne impliquée dans l'encadrement en aviron Indoor et dans les métiers de la forme.

Licencié FFA de plus de 18 ans.

## PRÉ-REQUIS

**Initiateur fédéral  
d'aviron Indoor**

**Brevet aviron Indoor  
niveau 2**

**Brevet d'Endurance  
aviron Indoor**

## MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

**Moyens pédagogiques :**

- Formation en présentiel s'appuyant sur la diffusion de Powerpoint, vidéos et autres contenus théoriques,
- Pratique personnelle avant et pendant la formation : Brevet aviron indoor niveau 2, Brevet d'endurance, découverte des pratiques AviFit et RoWning,
- Encadrement et animations de séances pendant et après la formation,
- Manipulation du matériel.

**Moyens techniques :**

- Ergomètres,
- Logiciels et applications + câblages,
- Outils pour entretien et maintenance.

**Évaluation :**

- Encadrement d'une séance d'AviFit évaluée par les formateurs selon une grille de notation. En cas d'échec, une évaluation ultérieure en vidéo sera nécessaire pour valider le diplôme.

**Accessibilité :**

Pour toutes personnes en situation de handicap, merci de prendre contact avec le référent handicap de la FFA pour étudier l'aménagement éventuel du parcours de formation.  
Hélène GIGLEUX - helene.gigleux@ffaviron.fr

## FORMATEURS

**Responsables pédagogiques :**

Matthieu GAMEIRO PAIS - [matthieu.gameiro@ffaviron.fr](mailto:matthieu.gameiro@ffaviron.fr)

**Formateurs :**

- Matthieu GAMEIRO PAIS - Chargé de développement Aviron Indoor à la FFA, Coach Professionnel et Producteur des séances distribuées par la FFA
- Luka DA SILVA - Chargé de développement Aviron Indoor à la FFA
- Pauline KOZAK - Entraîneuse professionnelle d'aviron
- Julien SUCHODOLSKI - Technicien sportif régional d'aviron

**Responsable Administratif :**

Virginie TELLIEZ - [formation@ffaviron.fr](mailto:formation@ffaviron.fr)

**Durée :** 3 jours / 20 heures

**Frais pédagogiques :**

Bénévole : 300 € (15€/heure)

Salarié : 500 € (25€/heure)

**Frais restauration (repas de midi) :** 30€ (2 repas du midi)

**Inscription :** En ligne sur le site internet de la FFA

Date limite d'inscription, 30 jours avant le début de la formation.

**Effectif :** 12 personnes maximum

**Dates et lieux :** Consultez le Calendrier des formations sur le site FFA

**Matériel à prévoir :**

- Un ordinateur et/ou un smartphone,
- 4 tenues de sport.

**Organisme de formation FFA :** n° 11 94 05328 94

Les frais pédagogiques et les frais annexes sont à la charge de la structure/du participant .  
Les formations proposées par la FFA sont éligibles aux financements des OPCO.

