

ANIMATEUR FÉDÉRAL

Créer, encadrer et animer des séances pédagogiques

OBJECTIFS

- Créer, encadrer et animer des séances pédagogiques de manière autonome et responsable à destination des Écoles Françaises de Cyclisme, Ecole de vélo et Baby vélo (3 à 12 ans et/ou public débutant, sédentaire ou en reprise d'activité), en assurant la sécurité de tous.
- Utiliser des exercices référencés pour développer les habilités techniques générales de base du public.
- Encadrer le Savoir Rouler à Vélo.

MODALITES PEDAGOGIQUES

Formation présentielle (15h00 – 2 journées)

- La relation pédagogique
- La sécurité et éléments mécaniques
- Conception et animation de séances pédagogiques
- Les fondamentaux du cyclisme
- Le cycle d'apprentissage
- Gérer l'hétérogénéité

Formation à distance (8h00 – 1 journée)

- Rôle de la fédération
- Rôle de l'animateur fédéral
- Devenir encadrant : éthique, posture
- Comprendre et transmettre les bases du cyclisme
- Comprendre le corps et l'activité physique
- Garantir la sécurité des pratiquants

Stage pédagogique en structure (20h00)

MODALITES DE CERTIFICATION

Evaluation en présentiel

- Animation d'une séance pédagogique

Stage en structure

- Attestation de stage pédagogique

Formation à distance

- Cours et QCM sur la plateforme pédagogique



Cette formation est accessible à toute personne.

CONDITIONS D'ACCÈS À LA FORMATION

- Posséder une licence FFC valide
- Avoir le PSC1

PUBLIC

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

DÉLAIS D'ACCÈS

L'inscription à la formation se fait entre 15 jours et un mois avant le début de la session de formation.

DURÉE

3 journées (23 heures) de formation
+ 20 heures de stage pédagogique

TARIF

Le tarif de la formation vous sera communiqué par votre comité.

CONTACT

Pour plus d'informations sur cette formation, veuillez contacter votre comité régional ou envoyer un mail à inf@ffc.fr



Mis à jour le 07 janvier 2026

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)

MODALITES PEDAGOGIQUES

Formation en présentiel (26h00 – 4 journées)

- 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 (16h00 – 2 journées)

- 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 DE CERTIFICATION

Evaluation en présentiel

- Animation d'une séance pédagogique

Stage en structure

- Attestation de stage pédagogique

Formation à distance

- Cours et QCM sur la plateforme pédagogique



6 SPÉCIALITÉS POSSIBLES

VTT, Route/Piste, BMX Race, BMX Freestyle, Cyclo-cross, Cyclisme en salle



Cette formation est accessible à toute personne.

CONDITIONS D'ACCÈS À LA FORMATION

Avoir validé la formation « Animateur fédéral »

Posséder une licence FFC valide

Avoir le PSC1

PUBLIC

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

DÉLAIS D'ACCÈS

L'inscription à la formation se fait un mois avant le début de la session de formation.

DURÉE

6 journées (42 heures) de formation + 30 heures de stage pédagogique

TARIF

Le tarif de la formation vous sera communiqué par votre comité.

CONTACT

Pour plus d'informations sur cette formation, veuillez contacter votre comité régional ou envoyer un mail à inf@ffc.fr



ENTRAINEUR FÉDÉRAL

Individualiser l'entraînement pour optimiser la performance d'un.e compétiteur.ice

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
- Planifier et construire, de manière autonome et responsable, des séances d'entraînement adaptées à des jeunes licencié.e.s compétiteur.ice.s (15 ans et plus).

MODALITES PEDAGOGIQUES

Formation en présentiel (33h00 – 5 journées)

- Le modèle de performance
- Conduite de l'entraînement
- Elaboration d'une planification annuelle et de mésocycles
- Cyclisme au féminin : l'entraînement au féminin
- La préparation physique et mentale

Formation à distance (22h00 – 3 journées)

- Rôle de l'entraîneur fédéral
- Physiologie de l'effort
- Biomécanique
- Planification de l'entraînement
- Les aspects psychologiques de la performance
- Nutrition du cycliste
- Les pathologies cyclistes

Stage pédagogique en structure (40h)

MODALITÉS DE CERTIFICATION

Evaluation en présentiel

- Animation d'une séance pédagogique

Stage en structure

- Attestation de stage pédagogique

Formation à distance

- Cours et QCM sur la plateforme pédagogique
- Évaluation par le formateur d'une planification annuelle d'entraînement



9 SPÉCIALITÉS POSSIBLES

VTT XC, VTT DH, VTT Trial, Route, Piste endurance, Piste sprint, BMX Race, BMX Freestyle, Cyclo-cross



Cette formation est accessible à toute personne.

CONDITIONS D'ACCÈS À LA FORMATION

- Avoir validé la formation « Educateur fédéral »
 - Posséder une licence FFC valide
 - Avoir le PSC1

PUBLIC

Licencié.e FFC âgé.e d'au moins 18 ans, bénévole et/ou salarié.e

DÉLAIS D'ACCÈS

L'inscription à la formation se fait un mois avant le début de la session de formation.

DURÉE

8 journées (55 heures) de formation
+ 40 heures de stage pédagogique

TARIF

Le coût pédagogique de la formation est de 400€.

CONTACT

Pour plus d'informations sur cette formation, veuillez envoyer un mail à inf@ffc.fr

