



5 mai 2012 : le comité FSGT 94 et la section escalade de l'Union Sportive d'Ivry organisent une formation sur le thème :



« La préparation physique du grimpeur » :

Échauffement, renforcement musculaire, étirements ...

Cette formation a pour but :

⇒ d'apporter un niveau de compétences aux adhérents qui souhaitent participer régulièrement ou occasionnellement à l'animation des activités, aux animateurs débutants, à ceux qui animent déjà sans autre formation que leur propre pratique, aux adhérents qui veulent mieux comprendre leur pratique, etc...

Elle se situe dans le cadre d'une activité sportive pour adultes à finalité de détente, mais aussi de bien être et de détente, organisée sous une forme associative.

La formation sera animée par **Martine Pothet-Favier**, éducatrice sportive et **Jean-Luc Laval**, animateur à la section escalade.

La séance se déroulera sous forme pratique le **samedi 5 mai 2012 de 13 heures 30 à 18 heures** (démarrage effectif à 13 h 45 précises).

Lieu de la formation : gymnase de l'Orme au Chat 28, Boulevard de Brandebourg à Ivry sur Seine.



Contacts et informations auprès d'Alice Mondineu alice.mondineu@gmail.com ou Martine Pothet-Favier martine@fsgt94.org

20 places maximum ; les candidatures des membres des clubs FSGT du Val de Marne seront examinées en priorité.

Inscriptions sur le site de la section montagne-escalade de l'US Ivry <http://montagne.usivry.org/spip.php?article595> ou par mail à l'adresse escalade@usivry.org avant le **27 avril**.