

# PROGRAMME DE LA FORMATION

## MISE À NIVEAU KITESURF



### OBJECTIFS

- // Obtenir le niveau IV IKO ou équivalent.
- // Utiliser les fondamentaux d'anatomie et physiologie dans le cadre de la pratique du kitesurf
- // Mettre en œuvre la pédagogie du kitesurf pour une pratique des publics en toute sécurité
- // Mettre en œuvre la préparation physique adaptée à la pratique du kitesurf
- // Appréhender le milieu professionnel dans les stations balnéaires

### RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES

#### UTILISER LES FONDAMENTAUX D'ANATOMIE ET PHYSIOLOGIE DANS LE CADRE DE LA PRATIQUE DU KITESURF

- // Identifier le fonctionnement des articulations
- // Identifier le fonctionnement musculaire
- // Identifier les différentes filières énergétiques
- // Mettre en œuvre des exercices d'étirement et de récupération

#### METTRE EN ŒUVRE LA PÉDAGOGIE DU KITESURF POUR UNE PRATIQUE DES PUBLICS EN TOUTE SÉCURITÉ

- // Animer une séance de kitesurf pour un groupe dans un espace de navigation défini
- // Analyser l'espace de navigation en anticipant les évolutions environnementales pour évoluer en toute sécurité
- // Réaliser les gestes de premiers secours
- // Utiliser le matériel spécifique du kitesurf en toute sécurité
- // Construire une séance pour un public débutant à la pratique du kitesurf

#### METTRE EN ŒUVRE LA PRÉPARATION PHYSIQUE ADAPTÉE À LA PRATIQUE DU KITESURF

- // Utiliser les différentes filières énergétiques dans la préparation physique et la pratique du kitesurf
- // Utiliser la musculation comme un outil de préparation physique
- // Utiliser des exercices de préparation physique générale
- // Utiliser des exercices de préparation physique spécifique du kitesurf
- // Utiliser des exercices d'étirements et de récupération

#### METTRE EN ŒUVRE LES TECHNIQUES DE NAVIGATION

- // Mettre en œuvre les bases de la navigation pour un groupe
- // Mobiliser les fondamentaux techniques pour enseigner le kitesurf
- // Utiliser les différentes techniques de pilotage en fonction du matériel
- // Adopter une technique sécuritaire
- // Analyser la technique sur le terrain et lors de retours vidéo

#### APPRÉHENDER LE MILIEU PROFESSIONNEL DANS LES STATIONS BALNÉAIRES

- // Identifier les enjeux des métiers adjacents au moniteur de kitesurf
- // Identifier les enjeux d'une station balnéaire
- // Prendre en compte le besoin des clients en station balnéaire
- // Conduire une séance pédagogique en anglais



## PROFIL STAGIAIRE

// Avoir de l'intérêt pour la pratique sportive et les métiers du sport outdoor

// Désirer s'intégrer dans le milieu professionnel balnéaire et saisonnier

## PRÉ REQUIS

// Avoir minimum 18 ans

// Être titulaire du niveau 1 kiteboarder IKO ou équivalent

// Permis B souhaitable pour les déplacements professionnels

## INFOS PRATIQUES

### DURÉE

Pack Saison  
// 200 heures d'entraînement  
// De mai à début octobre

Pack Express  
// 80 heures d'entraînement  
// De mai à mi juin ou de septembre à octobre

### LIEU

Gruissan

### PRIX

Pack Saison  
5 000€

Pack Express  
2 180€

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

// Test blanc et évaluations par les formateurs et responsable pédagogique

## MOYENS PÉDAGOGIQUES

Nous nous engageons à mettre en place les moyens matériels nécessaires au bon déroulement de l'action de formation :

// Matériel personnel de kitesurf

// Matériel d'entraînement : mise à disposition par Alpes Academy.

## ACCESSIBILITÉ

// Le centre de formation mobilise les expertises, outils et réseaux nécessaires pour accueillir, accompagner, former et orienter les publics en situation de handicap.

Référent handicap : Alexis NONGLATON

# CONTACT

Pour tout renseignement supplémentaires, vous pouvez nous joindre par mail ou téléphone du lundi au vendredi, de 9h30 à 12h30 et 14h à 18h.

[info@alpes-academy.fr](mailto:info@alpes-academy.fr)

04 37 43 15 76

[www.alpes-academy.fr](http://www.alpes-academy.fr)

Rejoignez  
le mouvement

@alpesacademy

