RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté Égalité Fraternité

greta SEINE-ET-MARNE ACADÉMIE DE CRÉTEIL

ACTIVITE PHYSIQUE ET BIEN-ETRE AU TRAVAIL

PUBLIC VISÉ

Tout public

Plan de développement des compétences

LE + DE LA FORMATION

Cette formation répond aux demandes des individus et des entreprises qui se dirigent de plus en plus vers des pratiques orientées, vers le bien-être et la pratique d'échauffements de différentes sortes.

DUREE

Durée de formation : 7 heures

Durée hebdomadaire moyenne : 7h / semaine

DATES PREVISIONNELLES

Session ouverte toute l'année.

LIEUX DE FORMATION

Greta Seine-et-Marne

Champs - Collège J. WIENER

9 Rue Jean Wiener

77420 Champs-sur-Marne

CONTACT

Greta Seine-et-Marne

Cecile Chicheportiche

Tél : 01 61 44 08 40

greta77.champs-wiener@ac-creteil.fr

Référent handicap :

Isabelle RUETTE greta77.referent.handicap@ac-creteil.fr

Consulter notre Politique Handicap

TARIFS

Prix tarif public maximum :
Forfait parcours mixte :
130,00 €.

Organisme non soumis à la TVA.

Voir nos conditions générales de ventes

FINANCEMENTS

Type de financement :

Plan de développement des compétences

CODES

NSF : 344

OBJECTIFS

Savoir organiser ses activités physiques ou sportives au travail.
Quelles activités d'échauffement utiliser et comment pratiquer seul certaines activités.
Quels sports choisir selon ses envies et les problèmes physiques

PRE-REQUIS

Niveau d'entrée : sans niveau spécifique

MODALITES D'ADMISSION ET DE RECRUTEMENT

Formation et calendrier organisés avec l'entreprise

MODALITES PEDAGOGIQUES

Cours du jour
Période de formation en entreprise.

CONTENUS

- Construire un ensemble des exercices adaptés, à pratiquer en journée
- Exercices de développement de ses ressources physiques
- Faire le choix d'une activité physique cohérente

VALIDATION

- attestation niveau : sans