

PROGRAMME PREVISIONNEL FORMATION ENTRAINEUR FEDERAL 1 - MODULE OCEAN RACING

Weekend 1 Ploudalmézeau		
	31 octobre	1er novembre
9H30 10h	<p>Accueil des stagiaires</p> <p>Présentation de la formation</p>	<p>Encadrement du programme de navigation down wind :</p> <p>Prise de la météo / Constat des conditions de navigation sur site / adaptation possible du programme une fois sur l'eau</p> <p>Constat des conditions de navigation sur l'eau / Conduite de groupe (vitesses hétérogènes, espacement du groupe...)</p> <p>Enseignement / entraînement : différents thèmes du référentiel pagaies couleurs « océan racing »</p>
10h 12h30	<p>Préparer un programme de navigation down wind :</p> <p>Choix du site de pratique et parcours, météo / condition de navigation, organisation logistique, matériel stagiaires, et cadres, réparation sur les avaries classiques.</p>	
	Repas	Repas
13h30 18h	<p>Préparer un programme de navigation down wind :</p> <p>Réglementation / sécurité</p> <p>Contenu pédagogique / nouveau référentiel pagaies couleurs « océan racing » VERT et BLEU</p>	<p>Débriefing de l'ensemble des éléments du programme de navigation / Echanges / Apport de contenus</p> <p>Approfondir PC océan racing</p> <p>Bilan de la formation</p> <p>Fin 17h</p>
	Repas	
20H30 22H	<p>Retour d'expérience (situation à risque, à stress, accident, déclenchement des secours...)</p>	