

# Programme de la formation

## MISE À NIVEAU & PERFECTIONNEMENT VTT

### Profil Stagiaire

- // Avoir de l'intérêt pour la pratique sportive et les métiers du sport outdoor
- // Désirer s'intégrer dans le milieu professionnel saisonnier

### Prérequis

- // Souhaiter progresser en VTT
- // Avoir minimum 18 ans
- // Avoir une bonne condition physique
- // Permis B souhaitable pour les déplacements professionnels
- // Tous niveaux

### Durée

Formule Performance : 210 heures  
Formule Sponsoring : 210 heures  
Formule Liberté : 210 heures

### Lieux

Méribel

### Prix

Formule Performance : 6 500€  
Formule Sponsoring : 3 020€  
Formule Liberté : 5 300€

### 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

04 37 43 15 76

### Objectifs

- // Atteindre un niveau permettant d'entrer dans les différentes formations pour être moniteur de VTT ou Bike Patrol (BPJEPS, CQP, DEUST)

### Référenciel de compétences

#### Utiliser les fondamentaux d'anatomie et physiologie dans le cadre de la pratique du VTT

- // 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 VTT pour une pratique des publics en toute sécurité

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

#### Mettre en œuvre la préparation physique adaptée à la pratique du VTT

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

#### Mettre en œuvre les techniques spécifiques pour la préparation d'un diplôme BPJEPS VTT ou Bike Patrol

- // Acquérir les fondamentaux (travail en plateau)
- // Mobiliser les fondamentaux techniques pour enseigner le VTT
- // 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

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

### Modalité d'évaluation

- // Test blanc et évaluations par les formateurs et responsables pédagogiques

### Moyens pédagogiques

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

- // Matériel personnel de VTT
- // Matériel d'entraînement : mise à disposition par Akila Academy.

## Diplômes professionnels possibles selon niveau



CQP Pisteur VTT

Le Certificat de Qualification Professionnelle Pisteur VTT permet de travailler dans une station VTT pour l'entretien et la sécurité des sites de VTT descente en saison. Il participe au traçage d'itinéraires, d'espaces ludiques et de pistes pour de VTT, il assure la sécurité par le maintien en état des installations, il ouvre et ferme les itinéraires et pistes en fonction des conditions de pratique, il informe les pratiquants sur les conditions de sécurité, il intervient en cas d'accident pour prévenir les services de secours et dispenser les premiers soins si nécessaire.

**Prérequis à l'entrée en formation :** disposer du diplôme de secouriste PSE 1 et attester d'un niveau de pratique à VTT : Rocket d'Argent



BPJEPS SPÉCIALITÉ ÉDUCATEUR SPORTIF  
MENTION Activités du Cyclisme :

Le Brevet Professionnel spécialité «activités du cyclisme», mention «VTT» est le diplôme permettant d'encadrer le VTT contre rémunération. Il donne les prérogatives suivantes : enseignement du vélo et perfectionnement technique en VTT, y compris en VTT descente ainsi que l'organisation et l'encadrement de randonnées sur une ou plusieurs journées.

**Prérequis à l'entrée en formation :** être titulaire du diplôme de secourisme PSC 1 et réussir le test d'exigence préalable à l'entrée en formation : parcours de 20 Km non balisé avec 2 zones techniques de maniabilité VTT à réaliser dans un temps donné.