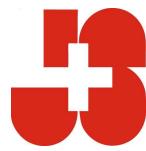


Cours de moniteurs J+S

Sport des jeunes

Formation continue 1



Cours de perfectionnement (Neuchâtel, SWSK CP GJ 27.25)

Samedi 25 octobre 2025

Dès 08h15 Accueil et Check-in

Entrée Nord (principale) du Centre Sportif du Mail

Centre sportif du Mail, Avenue de Bellevaux 52, 2000 Neuchâtel

08h30 Ouverture du cours

08h45 Thème J+S et Swiss Snowsports 23/24 – 24/25

- Des activités J+S hors-neige de qualité centrée sur le développement personnel, 1ère partie
- Les principes de planification dans le sport des jeunes

(Salle théorie) (Jdu)

Pause

09h45 Expérimenter

- 12h00 - Des activités J+S hors-neige de qualité centrée sur le développement personnel
- Les principes d'entraînement hors-neige dans le sport des jeunes

Workshop 1 : Forme de base pour le sport des enfants et des jeunes (U8 à U16)

Workshop 2 : Discussion sur la pratique en école et en camp

(Salle de sport) (Dgi)

12.15 Dîner

13h30 Expérimenter

- 15h45 - Des activités J+S hors-neige de qualité centrée sur le développement personnel
- Les principes d'entraînement hors-neige dans le sport des jeunes

Workshop 1 : Forme de base pour le sport des enfants et des jeunes (U8 à U16)

Workshop 2 : Discussion sur la pratique en école et en camp

(Salle de sport) (Dgi)

16h00 News

- 16h30 - Des activités J+S de qualité sur-neige centrée sur le développement personnel, 2ème partie
- Les principes de base technique (racing basics) et partage sur l'observation de la technique
- J+S et Swiss Snowsports

(Salle théorie) (Jdu)

16h30 Clôture (Jdu)

- Questions, discussion
- Evaluation

17h00 Fin du cours

Programme sous réserve de modification

Théorie: Centre Sportif du Mail, salle de classe

Pratique: Centre Sportif du Mail, salle de sports

Repas: Restaurant Le Revère, Neuchâtel

Participants: 13

Dames: 8

Messieurs: 5

Direction du cours: Jérôme Ducommun (Jdu)

Intervenants : Jérôme Ducommun (Jdu)

Dominique Gindraux (Dgi)