# CATALOGUE DES FORMATIONS



SAISON 2021-2022





# LICENCIE(E)S

Dans le cadre de son *Plan de développement Horizon 2024*, la Ligue Centre-Val de Loire met en place différentes formations tant en direction des dirigeants bénévoles que des animateurs d'activité physique et sportive.

Ces formations concourent à la prise de connaissances pour acquérir des compétences dans le domaine du fonctionnement d'une association Loi 1901, et de ses activités.

Les stages **Dirigeants bénévoles** et **Comptabilité** sont inscrits dans le calendrier fédéral, au titre des actions du Plan de développement FCD Horizon 2024.

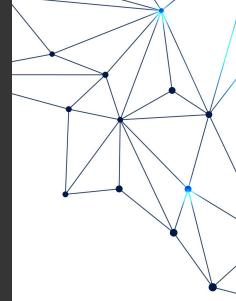
Au titre de la convention signée par chaque club et la ligue, la participation des trois dirigeants (président, secrétaire et trésorier) au stage **Dirigeants bénévoles**, ainsi qu'aux formations thématiques, est fortement recommandée pour assurer une bonne gouvernance du club.

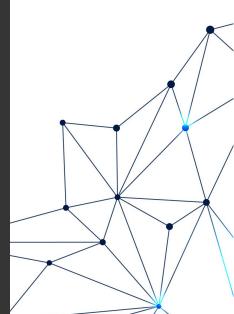
Les élus au comité directeur de l'association peuvent participer aux formations thématiques organisées sur une journée au sein d'un club, en semaine ou le samedi. Ces formations sont mises en place sur demande d'un ou plusieurs clubs de la zone, formulée auprès de la ligue.

Alors n'hésitez pas à vous inscrire, la pérennité de votre club passe obligatoirement par ces actions de formation.

**Yannick Vrignaud** 

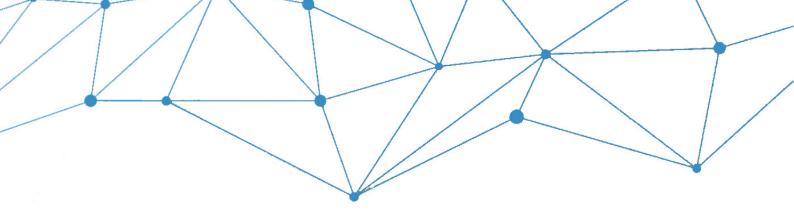
Président de la Ligue Centre-Val de Loire





# SOMMAIRE

FORMATIONS DIRIGEANTS	4
DIRIGEANTS BÉNÉVOLES	5
INITIATION À LA COMPTABILITÉ NIVEAU 1	6
PRATIQUE DE LA COMPTABILITÉ NIVEAU 2	7
FORMATIONS ADMINISTRATIVES	8
LA FCD, LA LIGUE, LE CSA ET SES RÉSEAUX	9
PRÉPARATION D'UNE ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ET RÉDACTION D'UN PROCÈS-VERBAL	10
STATUTS ET RÈGLEMENT INTÉRIEUR D'UN CSA/CSL	11
RÔLE, TÂCHES ET RESPONSABILITÉS DU PRÉSIDENT D'UN CSA	12
RÔLE ET TÂCHES DU SECRÉTAIRE GÉNÉRAL D'UN CSA	13
RÉDACTION D'UNE DEMANDE DE SUBVENTION FCD	14
MISSION DES CONTRÔLEURS INTERNES	15
LES IMMOBILISATIONS	16
FONCTION EMPLOYEUR	17
FORMATIONS SPORTIVES	18
ANIMATEUR DE MISE EN FORME PAR LA MUSCULATION	19
MONITEUR DE MISE EN FORME PAR LA MUSCULATION NIV 2	20
MONITEUR DE MISE EN FORME PAR LA MUSCULATION NIV 3	21
ANIMATEUR GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN - STRETCHING	22



# FORMATIONS DIRIGEANTS

Formations à destination des dirigeants bénévoles des clubs

## **FORMATION** DIRIGEANTS BÉNÉVOLES



#### **OBJECTIFS ET CONTENU**

Apporter les connaissances de base des lois et règlements s'appliquant à une association



- Association Loi 1901 et instruction n°45300 du 17/09/73
- Statuts et règlement intérieur
- Les formalités administratives
- Code du sport et les fédérations
- Les responsabilités civiles et pénales
- Les assurances
- Les postes importants de l'association
- La comptabilité
- Les contrats de travail
- L'organisation de manifestations sportives ou culturelles



#### **PUBLIC**

- Membre d'association ou de club sportif: président, secrétaire, trésorier
- Responsable d'activité
- Autre membre des comités directeurs



#### **CONDITIONS DE PARTICIPATION**

Être licencié dans un club affilié à la FCD pour la saison 2021/2022.



#### **DATE ET LIEU**

Du 24 au 26 novembre 2021 **CREPS de Bourges** 



#### **INSCRIPTION**

Date limite d'inscription : 3 novembre 2021



Formation gratuite inscrite dans le calendrier fédéral des formations. Ce stage est encadré par des membres de la commission formation de la Ligue Centre-Val de Loire de la FCD.

# FORMATION INITIATION À LA COMPTABILITÉ **NIVEAU 1**



#### **OBJECTIFS ET CONTENU**

Apporter les connaissances concernant la tenue de la comptabilité



- Obligations comptables
- Documents comptables
- Plan comptable
- Les imputations
- Le budget
- Les subventions



#### **PUBLIC**

- Trésorier
- Trésorier adjoint
- Salarié administratif
- Responsable d'activité
- Toute personne du comité directeur intéressée, sans connaissance préalable



#### **CONDITIONS DE PARTICIPATION**

**Être licencié dans un club** affilié à la FCD pour la saison 2021/2022.



#### **DATE ET LIEU**

16 septembre, 30 septembre, 7 octobre 2021 à 12ème BSMAT Gien Du 8 au 10 décembre 2021 au CREPS **Bourges** 



#### **INSCRIPTION**

Date limite d'inscription :

Gien: 26 août 2021

**Bourges: 17 novembre 2021** 



Formation gratuite inscrite dans le calendrier fédéral des formations. Ce stage est encadré par des membres de la commission formation de la Ligue Centre-Val de Loire de la FCD.

## FORMATION PRATIQUE DE LA COMPTABILITÉ NIVEAU 2



#### OBJECTIFS ET CONTENU

Apporter les connaissances concernant la maîtrise de la comptabilité d'une association

- Utilisation d'un logiciel de comptabilité
  - Les règles de la comptabilité
  - Les comptes d'affectation
  - L'association employeur
  - Élaboration d'un bilan simplifié, d'un budget prévisonnel
  - Tableau d'amortissement
  - Les assurances et comptes d'imputation



#### **PUBLIC**

- Trésorier
- Trésorier adjoint
- Salarié administratif
- Responsable d'activité



# CONDITIONS DE PARTICIPATION

- **Etre licencié dans un club affilié à la FCD pour la saison 2021/2022.**
- Avoir obligatoirement participé à la formation *Initiation à la* comptabilité niveau 1



#### **DATE ET LIEU**

16 octobre, 30 octobre, 13 novembre 2021 à Puiseaux Du 8 au 10 décembre 2021 au CREPS Bourges



#### **INSCRIPTION**

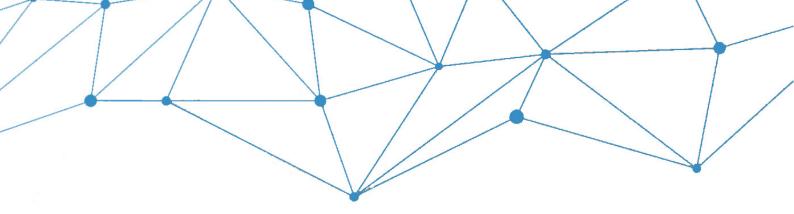
Date limite d'inscription :

Puiseaux : 24 septembre 2021

**Bourges: 17 novembre 2021** 



Formation gratuite inscrite dans le calendrier fédéral des formations. Ce stage est encadré par des membres de la commission formation de la Ligue Centre-Val de Loire de la FCD.



# FORMATIONS ADMINISTRATIVES

Formations à destination des membres des clubs

## **FORMATION** LA FCD, LA LIGUE, LE CSA ET SES RÉSEAUX



- Thème 1 : la Fédération
- Thème 2 : la Ligue
- Thème 3 : la zone
- Thème 4 : l'association

#### **OBJECTIFS ET CONTENU**

Formation préalable à toute fonction dans l'association Apporter les connaissances de l'environnement sportif de l'association



#### **PUBLIC**

- Membre du comité directeur de chaque association affiliée à la **FCD**
- **Tous** les membres s'investissent dans l'association



#### **CONDITIONS DE PARTICIPATION**

Être licencié dans un club affilié à la FCD pour la saison 2021/2022.



#### **DATE ET LIEU**

9 octobre 2021 à Puiseaux 18 octobre 2021 à Favières 27 janvier 2022 à Joué-lès-Tours 2 et 3 février 2022 au CFD Bourges 26 février 2022 au Blanc



#### **INSCRIPTION**

Date limite d'inscription :

Puiseaux: 17 septembre 2021 Favières: 27 septembre 2021 Joué-lès-Tours: 6 janvier 2022

**Bourges: 12 janvier 2022** Le Blanc: 4 février 2022



#### Formation gratuite

# PRÉPARATION D'UNE ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ET RÉDACTION D'UN PROCÈS VERBAL



#### **OBJECTIFS ET CONTENU**

Apporter les connaissances concernant la mise en place et l'organisation de l'assemblée générale Apporter les éléments rédactionnels du procès verbal



#### **PUBLIC**

- Secrétaire général
- Secrétaire adjoint



#### **CONDITIONS DE PARTICIPATION**

Être licencié dans un club affilié à la FCD pour la saison 2021/2022.



#### **DATE ET LIEU**

Formation non prévue au calendrier à ce jour

Formation réalisée dans les locaux de l'association

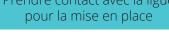
Prendre contact avec la ligue



#### **INSCRIPTION**

Date limite d'inscription : 3 semaines avant

la date de la formation





#### **Formation gratuite**

## FORMATION STATUTS ET RÈGLEMENTS D'UN CSA/CSL

#### **OBJECTIFS ET CONTENU**

Apporter les informations concernant la rédaction des statuts et du règlement intérieur compatibles avec ceux de la fédération ainsi qu'avec la législation



- Pourquoi des statuts?
- Que doivent-ils contenir au minimum?
- Pourquoi un règlement intérieur?
- Que doit-il contenir?



#### **PUBLIC**

- Président
- Secrétaire général
- Secrétaire général adjoint
- Trésorier général
- Tout adhérent ayant une responsabilité dans l'association



# CONDITIONS DE PARTICIPATION

Être licencié dans un club affilié à la FCD pour la saison 2021/2022.



#### **DATE ET LIEU**

Formation non prévue au calendrier à ce jour

Formation réalisée dans les locaux de l'association

Prendre contact avec la ligue pour la mise en place



#### **INSCRIPTION**

Date limite d'inscription :

3 semaines avant
la date de la formation



#### Formation gratuite

# RÔLE, TÂCHES ET RESPONSABILITÉS DU PRÉSIDENT D'UN CSA



- Définition du rôle de président
- Les responsabilités du président

#### **OBJECTIFS ET CONTENU**

Apporter les connaisances nécessaires à une bonne animation de l'association



#### **PUBLIC**

- Président nouvellement élu ou déjà en poste
- Vice-président



# CONDITIONS DE PARTICIPATION

Être licencié dans un club affilié à la FCD pour la saison 2021/2022.



#### **DATE ET LIEU**

27 septembre 2021 à Lucé 20 janvier 2022 à Salbris



#### **INSCRIPTION**

Date limite d'inscription : Lucé : 6 septembre 2021

Salbris: 17 décembre 2021



#### **Formation gratuite**

# RÔLE, TÂCHES ET RESPONSABILITÉS DU SECRÉTAIRE GÉNÉRAL D'UN CSA



- Définition du rôle de secrétaire général
- Liste non exhaustive des tâches du secrétaire général

#### **OBJECTIFS ET CONTENU**

Apporter les informations pour une bonne tenue du secrétariat de l'association



#### **PUBLIC**

- Secrétaire (salarié et élu)
- Secrétaire adjoint
- Secrétaire d'activité



# CONDITIONS DE PARTICIPATION

Être licencié dans un club affilié à la FCD pour la saison 2021/2022.



#### **DATE ET LIEU**

13 septembre 2021 à Châteaudun 4 novembre 2021 au CFD Bourges 10 novembre 2021 à Joué-lès-Tours 16 décembre 2021 au CNSO Orléans



#### **INSCRIPTION**

Date limite d'inscription :

Châteaudun : 23 août 2021

**Bourges: 14 octobre 2021** 

Joué-lès-Tours: 20 octobre 2021

Orléans: 25 novembre 2021



#### Formation gratuite

# RÉDACTION D'UNE DEMANDE DE **SUBVENTION FCD**



- Comment remplir la demande de subvention
  - Démarches, documents nécessaires
  - Quels projets peuvent être présentés?
  - Échéancier

#### **OBJECTIFS ET CONTENU**

IL EST FORTEMENT RECOMMANDÉ D'ASSISTER À CETTE FORMATION POUR LES ASSOCIATIONS DÉSIREUSES DE DÉPOSER UNE DEMANDE DE SUBVENTION FCD.





#### **CONDITIONS DE PARTICIPATION**

Être licencié dans un club affilié à la FCD pour la saison 2021/2022.



**DATE ET LIEU** 10 février 2022 à Blois



#### **INSCRIPTION**

Date limite d'inscription : 20 janvier 2022



**Formation gratuite** Nombre de places : 15

# FORMATION MISSION DES CONTRÔLEURS INTERNES



- Définition de la mission
- Méthode de contrôle des documents comptables

#### **OBJECTIFS ET CONTENU**



#### **PUBLIC**

- Contrôleur interne
- Trésorier général
- Trésorier adjoint



# CONDITIONS DE PARTICIPATION

Être licencié dans un club affilié à la FCD pour la saison 2021/2022.



#### **DATE ET LIEU**

8 octobre 2021 à Puiseaux 21 octobre 2021 à la BA 123 Orléans 21 octobre au CNSO Orléans



#### **INSCRIPTION**

Date limite d'inscription :

Puiseaux : 17 septembre 2021 BA Orléans : 30 septembre 2021 CNSO Orléans : 30 septembre 2021



#### **Formation gratuite**

# FORMATION LES IMMOBILISATIONS



#### **OBJECTIFS ET CONTENU**

Apporter les éléments permettant de prendre en compte la véritable valeur de l'association au niveau du bilan actif



#### **PUBLIC**

- **■** Trésorier
- Trésorier adjoint
- **■** Salarié administratif
- Responsable d'activité



# CONDITIONS DE PARTICIPATION

Être licencié dans un club affilié à la FCD pour la saison 2021/2022.



#### **DATE ET LIEU**

29 septembre au CFD Bourges



#### **INSCRIPTION**

Date limite d'inscription : 8 septembre 2021



#### **Formation gratuite**

# FORMATION FONCTION EMPLOYEUR

#### **OBJECTIFS ET CONTENU**

gestion permanente

Apporter les informations nécessaires dans le cadre de l'embauche d'un salarié et de sa



 Gestion d'un salarié de la demande d'embauche au départ du salarié (licenciement, départ en retraite ou démission)



#### **PUBLIC**

- Membre élu du comité
- Responsable d'activité



# CONDITIONS DE PARTICIPATION

Être licencié dans un club affilié à la FCD pour la saison 2021/2022.



#### **DATE ET LIEU**

Formation non prévue au calendrier à ce jour

Formation réalisée dans les locaux de l'association

Prendre contact avec la ligue pour la mise en place

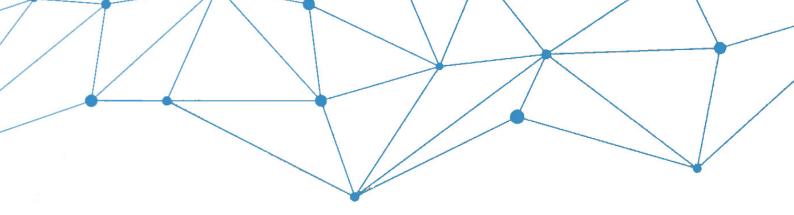


#### **INSCRIPTION**

Date limite d'inscription : 3 semaines avant la date de la formation



#### **Formation gratuite**



# FORMATIONS SPORTIVES

Formations à destination des animateurs des clubs

# ANIMATEUR DE MISE EN FORME PAR LA MUSCULATION



#### **OBJECTIFS ET CONTENU**

Apporter les connaissances pour un accueil de qualité et répondre aux besoins du futur pratiquant

- Organisation de la pratique : méthodologie de l'entraînement
- Pédagogie : comprendre et maîtriser les exercices pratiques
- Pratique : application en salle de musculation des procédés d'entraînement et de l'utilisation du matériel
- Environnement et vie associative fonctionnement d'une activité sportive
- Exercices mis en place, la méthode et la technique utilisées par des connaisssances anatomiques et physiologiques



#### **PUBLIC**

- Pratiquant et futur animateur de l'activité musculation
- Animateur souhaitant acquérir des connaissances complémentaires



# CONDITIONS DE PARTICIPATION

- Être licencié dans un club affilié à la FCD pour la saison 2021/2022
- Avoir au moins 18 ans au premier jour du stage



#### **DATE ET LIEU**

11 et 12 décembre 2021 5 et 6 février 2022 19 et 20 mars 2022 CREPS Bourges



#### INSCRIPTION

Date limite d'inscription : 19 novembre 2021



#### **Formation gratuite**

# MONITEUR DE MISE EN FORME PAR LA MUSCULATION - NIVEAU 2



#### **OBJECTIFS ET CONTENU**

- Savoir accueillir un pratiquant en musculation
- Mettre en place un bilan physique et morphologique
- Encadrer différents publics en respectant les règles de sécurité
- Connaître le répertoire technique de musculation
- Savoir construire une séance adaptée à la morphologie
- Acquérir des connaisssances anatomiques et physiologiques
- Proposer des exercices de rééquilibrage musculaire
- Transmettre les bonnes règles de pratique en musculation



#### **PUBLIC**

Animateur de l'activité musculation



# CONDITIONS DE PARTICIPATION

- Être licencié dans un club affilié à la FCD pour la saison 2021/2022.
- Avoir obligatoirement participé à la formation Animateur de mise en forme par la musculation



#### **DATE ET LIEU**

27 et 28 novembre 2021 15 et 16 janvier 2022 12 et 13 mars 2022 CREPS Bourges



#### **INSCRIPTION**

Date limite d'inscription : 5 novembre 2021



#### Formation gratuite

# MONITEUR DE MISE EN FORME PAR LA MUSCULATION - NIVEAU 3



#### **OBJECTIFS ET CONTENU**

- Développer la qualité d'encadrement
- Adopter les bonnes méthodes pédagogiques à l'enseignement sur plateau cardio et musculation
- Être capable de planifier des séances adaptées au niveau confirmé en musculation tout en respectant l'intégrité physique et les objectifs du pratiquant
- Anatomie et physiologie en musculation (biomécanique, analyse des mouvements, filières énergétiques, morphotypes et adaptations)
- Pratique technique des mouvements d'haltérophilie avec les options
- Méthodologie de l'entraînement en musculation confirmé
- Planification annuelle, spécifique musculation et autres activités
- Nutrition sportive adaptée aux objectifs
- Pathologies et traumatismes en musculation



#### PUBLIC

Animateur de l'activité musculation



# CONDITIONS DE PARTICIPATION

- Être licencié dans un club affilié à la FCD pour la saison 2021/2022.
- Avoir obligatoirement participé à la formation Animateur de mise en forme par la musculation et Moniteur de mise en forme par la musculation niveau 2



#### **DATE ET LIEU**

Formation non prévue au calendrier à ce jour

Prendre contact avec la ligue pour la mise en place



#### **INSCRIPTION**

Date limite d'inscription :

3 semaines avant la date de la formation



#### **Formation gratuite**

# ANIMATEUR GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN STRETCHING

#### **OBJECTIFS ET CONTENU**



- Connaître les caractéristiques physiques et physiologiques de l'activité
- Savoir encadrer différents publics dans cette activité
- Répondre aux besoins des pratiquants
- Savoir construire une séance adaptée au public
- Connaître le répertoire d'exercices et savoir le démontrer



#### **PUBLIC**

Animateur de l'activité musculation



# CONDITIONS DE PARTICIPATION

■ Être licencié dans un club affilié à la FCD pour la saison 2021/2022



#### **DATE ET LIEU**

Formation non prévue au calendrier à ce jour

Prendre contact avec la ligue pour la mise en place



#### **INSCRIPTION**

Date limite d'inscription :

3 semaines avant la date de la formation



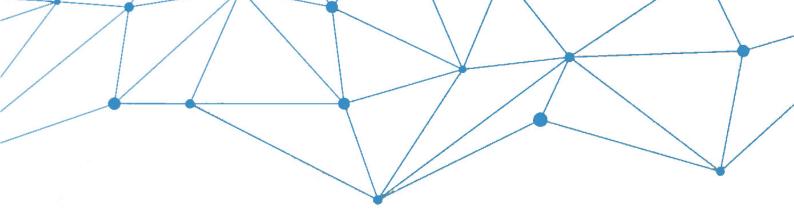
#### **Formation gratuite**

# CALENDRIER DES FORMATIONS

# SAISON 2021/2022

	Date	Inscription avant le	Lieu	Stage
SYGEMA: NATIONALES	16 septembre 2021 30 septembre 2021 7 octobre 2021	26 août 2021	12 <sup>ème</sup> BSMAT Gien	Initiation à la comptabilité
	16 octobre 2021 30 octobre 2021 13 novembre 2021	24 septembre 2021	Puiseaux	Pratique de la comptabilité
	Du 24 au 26 novembre 2021	3 novembre 2021	CREPS Bourges	Dirigeants bénévoles
	27 et 28 novembre 2021 15 et 16 janvier 2022 12 et 13 mars 2022	5 novembre 2021	CREPS Bourges	Moniteur de mise en forme par la musculation
	Du 8 au 10 décembre 2021	17 novembre 2021	CREPS Bourges	Initiation à la comptabilité
	Du 8 au 10 décembre 2021	17 novembre 2021	CREPS Bourges	Pratique de la comptabilité
	11 et 12 décembre 2021 5 et 6 février 2022 19 et 20 mars 2022	19 novembre 2021	CREPS Bourges	Animateur de mise en forme par la musculation
	10 février 2022	20 janvier 2022	CRJS Bois	Rédaction d'une demande de subvention FCD et ANS

	Date	Inscription avant le	Lieu	Stage
SYGEMA : RÉGIONALES	13 septembre 2021	23 août 2021	Châteaudun	Rôle et tâches du secrétaire général d'un CSA
	27 septembre 2021	6 septembre 2021	CSAG Lucé	Rôle, tâches et responsabilités du président d'un CSA
	29 septembre 2021	8 septembre 2021	CFD Bourges	Les immobilisations
	8 octobre 2021	17 septembre 2021	Puiseaux	Mission des contrôleurs internes
	9 octobre 2021	17 septembre 2021	Puiseaux	La FCD, la LCVL, le CSA et ses réseaux
	18 octobre 2021	27 septembre 2021	Puiseaux	La FCD, la LCVL, le CSA et ses réseaux
	21 octobre 2021	30 septembre 2021	CSA BA 123 Orléans	Mission des contrôleurs internes
	21 octobre 2021	30 septembre 2021	CSA CNSO Orléans	Mission des contrôleurs internes
	4 novembre 2021	14 octobre 2021	CFD Bourges	Rôle et tâches du secrétaire général d'un CSA
	10 novembre 2021	20 octobre 2021	CSAD Joué-lès- Tours	Rôle et tâches du secrétaire général d'un CSA
	16 décembre 2021	25 novembre 2021	CSA CNSO Orléans	Rôle et tâches du secrétaire général d'un CSA
	20 janvier 2022	17 décembre 2021	CRJS Salbris	Rôle, tâches et responsabilités du président d'un CSA
	27 janvier 2022	6 janvier 2022	CSAD Joué-lès- Tours	La FCD, la LCVL, le CSA et ses réseaux
	2 et 3 février 2022	12 janvier 2022	CFD Bourges	La FCD, la LCVL, le CSA et ses réseaux
	26 février 2022	4 février 2022	CSLG Le Blanc	La FCD, la LCVL, le CSA et ses réseaux



Pour tout renseignement sur les contenus des formations et la mise en place de formations non programmées à ce jour, merci de contacter le secrétariat de la Ligue Centre-Val de Loire de la FCD

# Cerrienness

## Ligue Centre-Val de Loire de la FCD

Centre de Formation 16 Boulevard Lahitolle 18021 Bourges cedex

Contact: Sandrine Lars

Tél : 02.48.66.51.41 - PNIA : 862 182 51 41

@:liguecvl.fcd@gmail.com

http://liguecvl.lafederationdefense.fr/

f /Ligue Centre-Val de Loire FCD