

MONITEUR NIVEAU 1 PARC – HORAIRE

JOUR 1

8 h 30 à 9 h	Vérification des présences et présentations
9 h à 11 h 30	Échauffement Discussion sur la sécurité et les bonnes pratiques dans le parc à neige Les compétences essentielles en snowboard <i>freestyle</i>
11 h 30 à 12 h 30	<i>Dîner</i>
12 h 30 à 13 h 30	Les compétences fondamentales du snowboard freestyle (suite)
13 h 30 à 15 h	Enseigner les éléments fondamentaux du snowboard <i>freestyle</i>
15 h à 15 h 30	Révision et évaluation quotidiennes

JOUR 2

8 h 30 à 9 h	Inscription pour reprises d'enseignement
9 h à 11 h 30	Échauffement. Enseigner les éléments fondamentaux du snowboard <i>freestyle</i>
11 h 30 à 12 h 30	<i>Dîner</i>
12 h 30 à 15 h	Enseigner les éléments fondamentaux du snowboard <i>freestyle (suite)</i>
15 h à 15 h 30	Révision et évaluation quotidiennes

JOUR 3

8 h 30 à 9 h	Inscription pour reprises technique
9 h à 11 h 30	Enseigner au-delà des éléments fondamentaux : Construction de « progressions » en snowboard <i>freestyle</i>
11 h 30 à 12 h 30	<i>Dîner</i>
12 h 30 à 15 h	Enseigner au-delà des éléments fondamentaux : Construction de « progressions » en snowboard <i>freestyle (suite)</i>
15 h à 15 h 30	Évaluation et résultats du stage

★ La durée peut varier en raison des différentes conditions de neige à la montagne.

★ Afin d'assurer le bon déroulement du stage, les candidats doivent arriver 10 minutes avant les heures indiquées.

★ Le port du casque est obligatoire pendant les stages de l'ACMS.