

EXEMPLE D'EMPLOI DU TEMPS BF2 VTT (2 fois 3 jours)

	JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4	JOUR 5	JOUR 6
MATIN	<p>Accueil stagiaires Présentation du stage et de la formation fédérale 1 h 30</p> <p>Les processus d'apprentissage 1 h 30</p>	<p>Présentation, réglementation et aspects technico-tactiques du cross country 1 h 30</p> <p>Réglage de la position en cross country 1 h 00</p> <p>Préparation séances route par les stagiaires 1 h 00</p>	<p>Présentation, réglementation et aspects technico-tactiques de la descente 1 h 30</p> <p>Réglage de la position en descente 1 h 00</p> <p>Mécanique, caractéristiques et réglage du matériel (DH) 1 h 00</p>	<p>Organisation administrative, financière et pédagogique d'un stage 1 h 00</p> <p>L'orientation, l'utilisation de la boussole 1 h 00</p> <p>Préparation séances descente par les stagiaires 1 h 00</p>	<p>Présentation, réglementation et aspects technico-tactiques du trial 2 h 00</p> <p>Réglage de la position en trial 1 h 00</p> <p>Mécanique, caractéristiques et réglage du matériel (trial) 1 h 00</p>	<p>Séances pédagogiques trial animées par les stagiaires 3 h 00</p>
APRES MIDI	<p>Exercices d'initiation et de perfectionnement Cross country 3 h 00</p>	<p>Séances pédagogiques cross country animées par les stagiaires 3 h 00</p> <p>Analyse du geste et retour sur séances (vidéo) 1 h 00</p>	<p>Exercices d'initiation et de perfectionnement Descente 3 h 00</p>	<p>Séances pédagogiques descente animées par les stagiaires 3 h 00</p> <p>Analyse du geste et retour sur séances (vidéo) 1 h 00</p>	<p>Exercices d'initiation et de perfectionnement Trial 3 h 00</p>	<p>Analyse du geste et retour sur séances (vidéo) 1 h 00</p> <p>Bilan 1 h 00</p>
SOIREE	<p>Le cadre institutionnel et règlementation des lieux de pratiques 1 h 30</p>	<p>Mécanique, caractéristiques et réglage du matériel (XC) 1 h 00</p>			<p>Préparation séances trial par les stagiaires 1 h 00</p>	