



Chemin Ste Anne, 10  
B 1332 Genval  
# 878.177.226

## STAGE DE DANSE ET MULTISPORTS FEP Bruxelles et Brabant Wallon

### LE MERCREDI 14 DECEMBRE 2011

#### **LIEU DU STAGE**

**Athénée Royal Paul Delvaux** : 15, av. des Villas à 1340 Ottignies (à 4 min. de la gare)  
En voiture, prendre la direction d'Ottignies-centre et là, suivre la direction « Hôpital Saint-Pierre ».  
Le parking et le hall des sports sont situés un peu plus loin (environ 500 m).

#### **PRESENTATION DES ACTIVITES**

##### **Aérobic 1 - Step 1**: Fabian **SOLIGO**

AESI en éducation physique et diplômé FPF (formation professionnelle de fitness), Fabian abordera les pas et techniques de base et vous enseignera des modules et chorégraphies adaptables à l'enseignement primaire et secondaire.

##### **Aérobic 2 - Step 2**: Amaury **BAILLY**

Amaury, AESS en Education physique, a une large expérience dans le monde du fitness. Il a été champion de Belgique de step par équipe FISAF en 2006 et est instructeur dans les grands clubs de Liège. En activité dans l'enseignement, il sera capable d'adapter ses cours aux souhaits de son public afin de progresser sur le plan personnel mais aussi d'enrichir le bagage professionnel.

##### **Zumba** : Marielle (assistante d'Amaury Bailly): diplômée ZUMBA BASIC niveau 1 et 2.

Spécialiste du Funk, Marielle enseigne la danse depuis 6 ans mais depuis 4 ans, elle œuvre au sein de FUN GYM, centre de fitness. Elle y a mis sur pied le cours de Zumba qui remporte un vif succès: plus de 35 participants par cours, 9 H de cours par semaine...Enthousiaste et dynamique, Marielle pourra très certainement vous apporter beaucoup de plaisir pour découvrir ou approfondir cette activité.

##### **Volley-ball** : Sandrine **LEONARD**

AESS en EP, diplômée de l'UCL, moniteur ADEPS niveau 2 en volley-ball, Sandrine enseigne depuis 9 ans dans l'enseignement secondaire et travaille actuellement à l'A.R. de Huy. Elle a été conseillère technique à l'UCL de 2006 à 2011 pour les cours de fondements des jeux et sports collectifs (volley-ball et football), ainsi que pour le cours de VB en 1<sup>ère</sup> Bac. Pendant la formation, elle abordera, de manière ludique, diversifiée et adaptable dans l'enseignement, les fondements nécessaires à la pratique du VB, tels que la perception et l'adaptation aux trajectoires de balles, la décentration, la perception d'actions et la prise de décision ainsi que les différents éléments techniques spécifiques (manchette, passe haute, frappe).

##### **Acrogym** : Isabelle **BEELEN**

AESS en éducation physique de l'Ulg depuis 2000, Isabelle est entraîneur de gymnastique acrobatique depuis 1996 et responsable de la commission francophone de gymnastique acrobatique depuis 2009. De l'enseignement fondamental au secondaire supérieur, l'acrogym est une activité qui plait aux plus jeunes et est une source de motivation pour le cours d'éducation physique pour les plus grands. Isabelle s'emploiera à nous « réapproprier » cette discipline en proposant des exercices adaptés à l'enseignement en insistant sur ses spécificités.

### **Tae Bo – Activités aquatiques : Line MARTROYE**

Licenciée en éducation physique, Line est Maître Assistante à la Haute école de la Communauté Française du Hainaut et Assistante à l'ULB dans la filière fitness. Bien connue dans le milieu du fitness, elle vous apprendra les différents coups de pied et de poing, les esquives ainsi que la méthodologie pour enseigner des petites combinaisons en musique.

### **Yoga : Patrick DUFOND**

Patrick Dufond est licencié en éducation physique (ULB). Il donne de multiples stages et donne cours au Cepulb. Il a suivi une formation complète à la fédération de yoga et a suivi de nombreux stages dont le dernier a été couronné par une étude des Lamasseries du Népal. Il est toujours en post-formation et découverte de nouvelles techniques de respiration et relaxation.

## **HORAIRE**

<b>9H30-11H</b>	<b>AEROBIC 1</b> Fabian Soligo	<b>STEP 2</b> Amaury Bailly	<b>VOLLEY BALL</b> Sandrine Léonard
<b>11H15-12H45</b>	<b>STEP 1</b> Fabian Soligo	<b>AEROBIC 2</b> Amaury Bailly	<b>ACROGYM</b> Isabelle Beelen
<b>13H30-15H</b>	<b>SWISSBALL</b> Fabian Soligo	<b>ZUMBA</b> Amaury Bailly	<b>TAE BO</b> Line Martroye
<b>15H15-16H15</b>	<b>ACTIVITES AQUATIQUES</b> Line Martroye	<b>YOGA</b> Patrick Dufond	

## **PRIX DU STAGE**

Dans le cadre du 50ème anniversaire de la FRBEP, LA FEP BBW applique des réductions substantielles et exceptionnelles pour le stage de décembre.

### **INSCRIPTION AVANT LE 5 DECEMBRE 2011**

<b><u>Pour les membres FEP</u></b> <b><u>2011</u></b>	<b><u>Pour les non - membres</u></b>	<b><u>Pour les étudiants et</u></b> <b><u>diplômés 2010 et 2011 :</u></b>
GRATUIT	15 € la journée 10€ la ½ journée	5 € la journée

**ATTENTION: à partir du 5 décembre, les montants sont majorés de 3 euros**

**Possibilité d'acheter des sandwiches à 3 euros sur le temps de midi**

### **Droit à l'image**

- Je consens à être photographié(e) lors de l'activité
- Je ne consens pas à être photographié(e) lors de l'activité
- J'autorise la diffusion des photos me représentant sur le site [www.fep-wb.be](http://www.fep-wb.be) et dans la Revue
- Je n'autorise pas la diffusion des photos me représentant sur le site [www.fep-wb.be](http://www.fep-wb.be) et dans la Revue

## **COTISATION POUR 2012**

Nous vous rappelons qu'en devenant membre de la FEP, vous recevez pour seulement 30 euros, 4 revues d'éducation physique et bénéficiez également d'une réduction de 20 euros au stage d'août et 10 euros au stage de décembre.

### **COTISATION 2012 A VERSER SUR LE COMPTE FEPBBW**

**N°:143 - 0629187 – 49**

**en mentionnant :**

**Cotisation 2012 + votre nom et adresse**

Bien que le stage ne fasse pas partie des formations IFC, votre école peut éventuellement intervenir financièrement à cette journée de formation

**Pour tout renseignement complémentaire, s'adresser à**

SARAH GIVOGRE secrétaire Tél. : 0476/863006 email : [sarahgivogre@hotmail.com](mailto:sarahgivogre@hotmail.com)

A.VETS inspectrice EP enseignement spécialisé Tél. 0479/218521 e-mail : [agnes\\_vets@hotmail.com](mailto:agnes_vets@hotmail.com)

# STAGE DE DANSE ET MULTISPORTS LE MERCREDI 14 DECEMBRE 2011

## BULLETIN D'INSCRIPTION

**1. renvoyer** le bulletin d'inscription à la trésorière **DELESCAILLE Jacqueline**  
**63, rue des Merisiers**  
**1170 BRUXELLES**

NOM : .....PRENOM .....  
Adresse complète : .....  
Compte bancaire : .....Montant versé : .....  
N° de Tél : .....GSM : .....  
EMAIL : .....

**2. entourer** les cours souhaités dans la grille

<b>9H30-11H</b>	<b>AEROBIC 1</b> Fabian Soligo	<b>STEP 2</b> Amaury Bailly	<b>VOLLEY BALL</b> Sandrine Léonard
<b>11H15-12H45</b>	<b>STEP 1</b> Fabian Soligo	<b>AEROBIC 2</b> Amaury Bailly	<b>ACROGYM</b> Isabelle Beelen
<b>13H30-15H</b>	<b>SWISSBALL</b> Fabian Soligo	<b>ZUMBA</b> Amaury Bailly	<b>TAE BO</b> Line Martroye
<b>15H15-16H15</b>	<b>ACTIVITES AQUATIQUES</b> Line Martroye	<b>YOGA</b> Patrick Dufond	

**3. verser** le montant du stage au compte n° **143-0629187-49** de la Fédération d'éducation physique pour le **05/12/2011** en n'oubliant pas d'y indiquer votre  
**NOM /PRENOM et stage multisports DECEMBRE 2011**

**4. J'ai versé à ce jour la somme de .....euros, correspondant à**

### INSCRIPTION AVANT LE 5 DECEMBRE 2011

<b><u>Pour les membres FEP</u></b> <b><u>2011</u></b>  GRATUIT	<b><u>Pour les non - membres</u></b>  15 € la journée 10€ la ½ journée	<b><u>Pour les étudiants et</u></b> <b><u>diplômés 2010 et 2011 :</u></b>  5 € la journée
---	---	--

**ATTENTION: à partir du 5 décembre, les montants sont majorés de 3 euros**

- Je consens (ne consens pas) à être photographié(e) lors de l'activité
- J'autorise (n'autorise pas) la diffusion des photos me représentant sur le site et dans la Revue.

J'atteste avoir pris connaissance des modalités d'inscription pour le stage multisports du MERCREDI 14 DECEMBRE 2011 (Biffer les mentions inutiles)

Date et signature,