



FÉDÉRATION
FRANÇAISE DE
TRIATHLON

GUIDE DE LA FORMATION FÉDÉRALE
2023-2024

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TRIATHLON



LE PARCOURS DE FORMATION..... p. 3

LE BREVET FÉDÉRAL DE NIVEAU 1 | ACCOMPAGNATEUR | (BF1) p. 4

LE BREVET FÉDÉRAL DE NIVEAU 2 | ENTRAÎNEUR TRIATHLON | (BF2) p. 5

LE BREVET FÉDÉRAL DE NIVEAU 3 | ENTRAÎNEUR TRIATHLON | (BF3) p. 6

LE BREVET FÉDÉRAL DE NIVEAU 4 | ENTRAÎNEUR TRIATHLON | (BF4) p. 7



ENCADREMENT BÉNÉVOLE

Formation
fédérale

Accompagnateur
fédéral BF1

Je deviens
accompagnateur

Entraîneur
fédéral BF2

Je deviens entraîneur
capable d'encadrer
une séance

Entraîneur
fédéral BF3

Je suis entraîneur
capable d'encadrer
une saison sportive

Entraîneur
fédéral BF4

Je suis entraîneur
capable d'encadrer
une carrière sportive

La formation fédérale est constituée de quatre niveaux de formation, s'échelonnant du brevet fédéral de niveau 1 (BF1) au niveau 4 (BF4). Il est possible de débiter son parcours de formation directement à partir du deuxième niveau soit le BF2.

Le brevet fédéral de niveau 2 et 3, BF2 et BF3, se composent d'un tronc commun et de modules de spécialités. Les modules de spécialités sont les suivants :

- triathlon jeunes ;
- triathlon adultes ;
- raids ;
- santé.

Pour les BF2, BF3, il est possible d'étaler son parcours de formation sur deux années. Le BF4 peut être suivi selon votre rythme en capitalisant les modules.

CRÉDIT FORMATION

Une fois qu'il a obtenu la labellisation de son école de triathlon, le club peut effectuer une demande de crédit formation auprès de la F.F.TRI.. Chaque niveau de labellisation octroie un niveau de crédit formation. Celui-ci peut être utilisé dans toutes les formations de ce guide.

Pour de plus amples informations, [cliquez ici](#).

MODALITÉS DE FORMATION

La formation théorique et pratique se déroule en centre de formation. C'est une formation en alternance entre le centre de formation et un club affilié à la F.F.TRI. Suivant le niveau de diplôme, le stagiaire se fait accompagner par un tuteur.

CONTACT NATIONAL

Secrétariat : Carole BOGAERT - formation@fftri.com - 06 26 47 30 11
Coordination : Nicolas BILLARD - nbillard@fftri.com - 06 10 33 55 24

CONTACT RÉGIONAL

Eva OZEEL - eozeel.ligue@orange.fr - 06 63 12 66 79



MISSIONS

Sous couvert de la responsabilité in-situ d'un éducateur de niveau supérieur, il a pour principales missions :

- d'accompagner un éducateur référent ;
- d'aider à la préparation et à l'installation du matériel ;
- de participer à l'organisation du groupe en vue de la séance d'entraînement ;
- de prendre part à la sécurité du groupe lors d'un entraînement ou d'une compétition ;
- d'encadrer un sous-groupe lors d'une séance d'entraînement ;
- d'aider au retour de séance effectué par l'éducateur référent.



CONTENU DE FORMATION

- Savoir communiquer ;
- connaître la vie du club ;
- savoir utiliser quelques outils d'aide à l'encadrement ;
- participer à l'encadrement en assurant la sécurité.



COÛT

86 €

pour les licenciés ou les non licenciés



PRÉREQUIS

Avoir 16 ans révolus (les non licenciés peuvent s'inscrire)



DURÉE

7 h théorique en centre de formation
3 h de pratique en centre
4 h de formation organisée à distance



ÉVALUATION FINALE

Aucune évaluation finale n'est à effectuer.



ALLÈGEMENT

Aucun allègement n'est possible.

DATES

14 OCTOBRE 2023
25 NOVEMBRE 2023
03 FÉVRIER 2023

Descriptif et coordonnées:

3 dates au choix: 14/10 à Oissel; 25/11 à Caen; 03/02 à définir selon effectif
Eva OZEEL - eozeel.ligue@orange.fr - 06 63 12 66 79



INSCRIPTION

>> spacetri.fftri.com

Envie de différence ? Vibrez Triathlon !



MISSIONS

- Expliquer et conduire une séance dans un cadre sécuritaire ;
- animer des situations attractives adaptées aux différents publics et à la spécialité obtenue ;
- évaluer les actions menées dans le cadre de l'entraînement ;
- faire évoluer la situation en fonction de ses observations.



CONTENU DE FORMATION

- Analyse de l'activité des disciplines enchaînées ;
- assurer la sécurité et l'intégrité des athlètes ;
- savoir communiquer ;
- les filières énergétiques ;
- les techniques des modes de locomotion ;
- concevoir et animer une séance ;
- spécificité du public et de la discipline encadrée.

COÛT

Tronc commun
210 €

Module santé
50 €

Modules triathlon jeunes, adultes ou raid
100 € / module



PRÉREQUIS

Avoir 16 ans minimum (ou cadet première année) et être licencié à la F.F.TRI.

Être titulaire d'un diplôme de premier secours de type Prévention et Secours Civiques de niveau 1 (PSC1) ou équivalent à jour de recyclage annuel. Le candidat doit justifier par le biais d'une attestation le recyclage annuel.



ÉVALUATION FINALE

Encadrement d'une séance pédagogique suivie d'un entretien avec le jury.



DURÉE

20 h théorique en centre de formation

13 h de pratique en centre

10 h de classe virtuelle

7 h de formation organisée à distance



ALLÈGEMENT

Contactez le conseiller technique de ligue

DATES

12 NOVEMBRE 2023
20 JANVIER 2024
21 JANVIER 2024

Descriptif et coordonnées

3 dates présentielles et 4 dates en visioconférences de 2 heures maximum entre décembre et février. La ligue de Normandie de Triathlon propose le module jeune (17-18 février 2024 - Petit Couronne) et le module raid (23-24 mars 2024 - Pont d'Ouilly).



INSCRIPTION

>> espacetri.fftri.com

Invie de différence ? Vibrez Triathlon !

MISSIONS

- Encadrer tout type de publics dans une perspective d'éducation sportive et de compétitions sur une saison ;
- prendre en compte les spécificités du public et fixe des objectifs adaptés à leur niveau de pratique et à leurs attentes ;
- conduire et accompagner un projet d'animation et/ou d'entraînement ;
- identifier les spécificités du triathlon et être capable de les exploiter pour élaborer des contenus pédagogiques visant l'acquisition de compétences propres au compétiteur ;
- participer au fonctionnement de la structure.

COÛT
Tronc commun
400 €

Modules
triathlon jeunes,
adultes ou raid
300 € / module

PRÉREQUIS
• Être titulaire du BF2
• Être licencié(e) à la F.F.TRI.

DURÉE
• 46h pour le tron commun
• 34h / module



ÉVALUATION FINALE

Rédaction d'un rapport, encadrement d'une séance pédagogique suivie d'un entretien avec le jury.

Descriptif:

La Ligue de Normandie de Triathlon propose le module jeune du BF3 sur 3 journées complètes du vendredi au dimanche.

Un hébergement avec restauration peut être envisagé.



CONTENU DE FORMATION

- Adapter sa posture et promouvoir une activité qui favorise l'éthique ;
- organiser une saison sportive en intégrant des objectifs adéquats ;
- évaluer la progression des athlètes et de réguler mon action en conséquence ;
- concevoir des séquences d'entraînement permettant le développement de qualités spécifiques ;
- intégrer le travail de renforcement musculaire dans l'entraînement ;
- prévenir les risques inhérents à la pratique des activités enchaînées ;
- accompagner les pratiquants dans leurs choix liés à la nutrition ;
- organiser la concertation au sein de l'équipe encadrante du club et de contribuer à la structuration du club ;
- accompagner les entraîneurs stagiaires dans leur parcours de formation.



ALLÈGEMENT

Contactez le conseiller technique de ligue

DATES

MARS 2024



INSCRIPTION

>> espacetri.fftri.com

Invie de différence ? Vibrez Triathlon !



MISSIONS

- Encadrer tout type de publics dans une perspective d'éducation sportive et de compétitions sur une carrière ;
- prendre en compte les spécificités du public et fixe des objectifs adaptés à leur niveau de pratique et à leurs attentes ;
- conduire et accompagne un projet d'entraînement.



CONTENU DE FORMATION

La F.F.TRI propose chaque année cinq modules de formation sur une thématique précise. La formation se déroule du vendredi 14h au dimanche 12h avec un expert du sujet.

Exemples de sujets traités :

- utilisation du capteur de puissance en cyclisme ;
- les outils de la préparation mentale.



COÛT

Une session de formation
140 €



PRÉREQUIS

- Être titulaire du BF3
- Être licencié(e) à la F.F.TRI.



DURÉE

Capitaliser 5 sessions de **16 h** et un stage dans une structure fédérale



ÉVALUATION FINALE

Le candidat est admis lorsqu'il a capitalisé les 5 sessions et effectué le stage. Il n'a pas de limitation dans le temps pour l'effectuer.



ALLÈGEMENT

Aucun allègement n'est possible



INSCRIPTION

>> www.fftri.com/simpliquer/se-former/formation-federale

Invie de différence ? Vibrez Triathlon !



FÉDÉRATION
FRANÇAISE DE
TRIATHLON