

## Moniteur Sportif Initiateur en Taekwondo (MSIn-T)

En 60 heures de formation, 16 modules de cours vous seront proposés. Les candidats pourront apprendre à :

- construire et animer des séances de taekwondo pour transmettre leur savoir,
- enseigner le taekwondo à différents groupes d'âge,
- perfectionner leurs techniques en Poomsae et Kyorugi,
- apporter les premiers soins et prévenir les accidents sportifs les plus courants,
- participer à l'éducation de la jeunesse,
- ...

### Conditions d'accès

- Avoir réussi les cours généraux ADEPS « Moniteur Sportif Initiateur » :  
Pour s'y inscrire et s'informer : <http://www.sport.cfwb.be/index.php?id=7014>
- Etre âgé de 16 ans ou plus
- Etre 2<sup>ème</sup> keup ou plus
- Etre en règle de licence-assurance 2018

### Lieu

#### **Centre sportif la Mosane (ADEPS)**

Salle polyvalente B (1<sup>er</sup> étage)  
Allée du Stade 3,  
5100 Jambes

#### Ou

Centre d'Entraînement et de Formation en Taekwondo (CEFT)

#### **Faculté des Sciences de la Motricité (ULB)**

Campus Erasme – Bâtiment N (niveau 1)  
Route de Lennik 808,  
1070 Bruxelles

(Attention, les lieux de la formation se retrouve dans le planning ci-dessous)

### Prix

155 € pour 60h00 de cours en présentiel (frais d'homologation ADEPS et syllabi compris)

### Inscriptions

Minimum 10 personnes – Maximum 20 personnes

- Le **bulletin d'inscription** ci-joint est à nous faire parvenir **avant le dimanche 2 septembre 2018** à l'adresse suivante : [formation@abft.be](mailto:formation@abft.be)
- Pour valider votre inscription, le **montant total de l'inscription** est à verser sur le compte de l'ABFT (**BE16 3400 0897 6174**) avec la communication « Nom du candidat + MSI 2018 »

*Remarques : Si le nombre de participants excède le maximum, c'est l'ordre d'enregistrement des paiements qui détermine les inscriptions. L'inscription est effective une fois le bulletin et le paiement réceptionnés)*

### Condition d'accès aux examens

Pour avoir accès aux examens, un candidat ne peut pas avoir plus de 20% d'heures d'absence.

### Evaluation du candidat

L'évaluation est continue, pratique et théorique (Questionnaire à Choix Multiples - QCM)

### Stage

Au terme des 60 heures de cours et après avoir réussi les examens, le candidat réalisera un stage de 3h00 en club (dispense de deux séances d'1h30).

### Homologation

Pour que le brevet de Moniteur sportif initiateur en taekwondo soit homologué par l'ADEPS, le candidat doit avoir réussi le module de formation : « 1<sup>er</sup> soins en milieu sportif ». Pour plus d'information sur cette formation : <https://www.abft.be/calendar/une-pratique-en-toute-securite-les-1ers-soins-en-milieu-sportif/>

### Tenue

Dobok et chaussures de taekwondo

### Renseignements

[formation@abft.be](mailto:formation@abft.be)

Eric Maréchal : 0476/470966

Pascal Wautier: 0489/570419

### Remarques pratiques :

- Les vestiaires sont équipés de douches.
- Il est possible de manger à la cafétéria de l'hôpital Erasme (vente de sandwiches).

### Dates, heures, matières enseignées et chargés de cours

Attention les modules sont dispensés sur deux sites de formation différents

PLANNING DE COURS							
Jours	Dates	Horaires	Code du module	Nom du module	Heures	Chargés de cours	
<b>2<sup>ème</sup> SEMESTRE 2018</b>							
<b>J1 Adresse : Centre sportif la Mosane (ADEPS) - Allée du Stade 3, 5100 Jambes</b>							
Dimanche	09-09-18	8h45-10h15	CS 1.2.1	Je construis ma séance	1h30	Maréchal E.	
		10h30-12h00	CS 1.3.3	Techniques de combat	1h30	Maréchal E.	
		12h00-13h00		PAUSE			
		13h00-14h30	CS 1.3.1	Analyse du mouvement	1h30	Maréchal E.	
		14h45-16h15	CS 1.3.1	Analyse du mouvement	1h30	Maréchal E.	
<b>J2 Adresse : Centre sportif la Mosane (ADEPS) - Allée du Stade 3, 5100 Jambes</b>							
Dimanche	23-09-18	8h45-10h15	CS 1.3.1	Analyse du mouvement	1h30	Maréchal E.	
		10h30-12h00	CS 1.3.3	Techniques de combat	1h30	Maréchal E.	
		12h00-13h00		PAUSE			
		13h00-14h30	CS 1.3.6	Etirements	1h30	Maréchal E.	
		14h45-16h15	CS 1.3.3	Techniques de combat	1h30	Maréchal E.	

<b>J3 FSM-ULB Batiment N - niveau 1 : Route de Lennik 808, 1070 Bruxelles</b>						
<b>Samedi</b>	<b>13-10-18</b>	8h45-10h15	CS 1.3.4	Notions de base des poomsaes	1h30	Dehiles R.
		10h30-12h00	CS 1.3.4	Notions de base des poomsaes	1h30	Dehiles R.
		12h00-13h00		PAUSE		
		13h00-14h30	CS 1.3.4	Notions de base des poomsaes	1h30	Dehiles R.
		14h45-16h15	CS 1.4.1	Traumatologie et notions de premiers soins	1h30	Dehiles R.
<b>J4 Adresse : Centre sportif la Mosane (ADEPS) - Allée du Stade 3, 5100 Jambes</b>						
<b>Dimanche</b>	<b>21-10-18</b>	8h45-10h15	CS 1.2.1	Je construis ma séance	1h30	Maréchal E.
		10h30-12h00	CS 1.2.1	Je construis ma séance	1h30	Maréchal E.
		12h00-13h00		PAUSE		
		13h00-14h30	CS 1.3.3	Techniques de combat	1h30	Maréchal E.
		14h45-16h15	CS 1.3.2	Notions de base du combat	1h30	Maréchal E.
<b>J5 Adresse : Centre sportif la Mosane (ADEPS) - Allée du Stade 3, 5100 Jambes</b>						
<b>Dimanche</b>	<b>11-11-18</b>	8h45-10h15	CS 1.2.4	Utilisation du multimédia	1h30	Wautier P.
		10h30-12h00	CS 1.2.1	Je construis ma séance	1h30	Wautier P.
		12h00-13h00		PAUSE		
		13h00-14h30	CS 1.3.5	Techniques des Poomsae	1h30	Dehiles R.
		14h45-16h15	CS 1.3.5	Techniques des Poomsae	1h30	Dehiles R.
<b>J6 Adresse : Centre sportif la Mosane (ADEPS) - Allée du Stade 3, 5100 Jambes</b>						
<b>Dimanche</b>	<b>25-11-18</b>	8h45-10h15	CS 1.2.2	J'anime ma séance (1er niveau)	1h30	Wautier P.
		10h30-12h00	CS 1.2.2	J'anime ma séance (1er niveau)	1h30	Wautier P.
		12h00-13h00		PAUSE		
		13h00-14h30	CS 1.2.2	J'anime ma séance (1er niveau)	1h30	Wautier P.
		14h45-16h15	CS 1.2.2	J'anime ma séance (1er niveau)	1h30	Wautier P.
<b>J7 Adresse : Centre sportif la Mosane (ADEPS) - Allée du Stade 3, 5100 Jambes</b>						
<b>Dimanche</b>	<b>16-12-18</b>	13h00-14h30	CS 1.3.2	Notions de base du combat	1h30	Maréchal E.
		14h45-16h15	CS 1.3.2	Notions de base du combat	1h30	Maréchal E.
		16h15-16h45		PAUSE		
		16h45-18h15	CS 1.3.5	Techniques des Poomsae	1h30	Dehiles R.
		18h30-20h00	CS 1.3.5	Techniques des Poomsae	1h30	Dehiles R.
<b>1<sup>er</sup> SEMESTRE 2019</b>						
<b>J8 FSM-ULB Batiment N - niveau 1 : Route de Lennik 808, 1070 Bruxelles</b>						
<b>Dimanche</b>	<b>13-01-19</b>	8h45-10h15	CS 1.2.3	J'anime ma séance (2ème niveau)	1h30	Wautier P. / Maréchal E.
		10h30-12h00	CS 1.2.3	J'anime ma séance (2ème niveau)	1h30	Wautier P. / Maréchal E.
		12h00-13h00		PAUSE		
		13h00-14h30	CS 1.2.3	J'anime ma séance (2ème niveau)	1h30	Wautier P. / Maréchal E.
		14h45-16h15	CS 1.2.3	J'anime ma séance (2ème niveau)	1h30	Wautier P. / Maréchal E.
<b>J9 FSM-ULB Batiment N - niveau 1 : Route de Lennik 808, 1070 Bruxelles</b>						
<b>Dimanche</b>	<b>27-01-19</b>	8h45-10h15	CS 1.2.3	J'anime ma séance (2ème niveau)	1h30	Wautier P. / Maréchal E.
		10h30-12h00	CS 1.2.3	J'anime ma séance (2ème niveau)	1h30	Wautier P. / Maréchal E.
		12h00-13h00		PAUSE		
		13h00-14h30	CS 1.2.3	J'anime ma séance (2ème niveau)	1h30	Wautier P. / Maréchal E.
		14h45-16h15	CS 1.2.3	J'anime ma séance (2ème niveau)	1h30	Wautier P. / Maréchal E.
<b>J10 Adresse : Centre sportif la Mosane (ADEPS) - Allée du Stade 3, 5100 Jambes</b>						
<b>Dimanche</b>	<b>10-03-19</b>	8h45-10h15	CS 1.1.3	J'ouvre mon club	1h30	Wautier P.
		10h30-12h00	CS 1.2.3	J'ouvre mon club	1h30	Wautier P.
		12h00-13h00		PAUSE		
		13h00-14h30	CS 1.4.1	Traumatologie et notions de premiers soins	1h30	Dehiles R.
		14h45-16h15	CS 1.5.1	Notion d'éthique et de déontologie en taekwondo	1h30	Dongmo C.
<b>Adresse : Centre sportif la Mosane (ADEPS) - Allée du Stade 3, 5100 Jambes</b>						
<b>Dimanche</b>	<b>10-03-19</b>	9h00-13h00		Examen - 1ère session	4h00	Wautier P.
<b>ABFT - Rue Beecman 53, 1180 Uccle</b>						
<b>Samedi</b>	<b>30-03-19</b>	9h00-13h00		Examen - 2ème session	4h00	Maréchal E.