

Animateur Ping Santé Bien-être (module A)

Dernière mise à jour : 25/02/2026



- [Description](#)
- [Objectifs de la formation](#)
- [Public visé](#)
- [Prérequis](#)
- [Modalités pédagogiques](#)
- [Moyens et supports pédagogiques](#)
- [Modalités d'évaluation et de suivi](#)

- [Modalités d'accès](#)
- [Délai d'accès](#)
- [Profil du / des Formateur\(s\)](#)
- [Informations sur l'accessibilité](#)
- **Inscription**

Description

CONTENU THÉORIQUE

- ▶ Connaissances des publics et des bénéficiaires d'activités « Activités Physiques Adaptées », principes généraux de la réglementation à la pratique physique et sportive, questionnaire santé
- ▶ Test d'évaluation de la forme
- ▶ Les bienfaits de l'activité physique sur le vieillissement et la prévention de certaines maladies chroniques
- ▶ Les bases de la diététique
- ▶ Conduite à tenir lors d'un arrêt cardiaque, alerte, principe de mise en oeuvre de la défibrillation

CONTENU PRATIQUE

- ▶ Préparation physique adaptée aux publics reçus
- ▶ Test d'évaluation de la forme
- ▶ Séance Ping Santé : mise en oeuvre d'une pratique régulière, adaptée, sécurisante et progressive (RASP)

Objectifs de la formation

Pouvoir assurer l'éducation pour la santé et/ou participer à une éducation thérapeutique par la pratique du tennis de table

Bloc 1 Être capable de mobiliser les connaissances sur les caractéristiques de l'activité physique adaptée

Bloc 2 Être capable d'évaluer la situation du patient en incluant l'identification de freins, leviers et facteurs motivationnels

Bloc 3 Être capable d'encadrer des publics n'ayant aucune limitation fonctionnelle ou des limitations minimales

Prérogatives du diplôme :

permet d'obtenir un diplôme fédéral de « animateur de ping Santé- Bien Être ».

Public visé

Educateurs bénévoles et professionnels

Prérequis

Être titulaire au minimum de l'animateur fédéral (AF) ou équivalences APA (Activité physique adaptée) ou E3S (Éducateur spécialisé en sport santé)

Modalités pédagogiques

Formation sur 2 jours.

