

# PROJET COACH ATHLE SANTE



## Une expérience de clubs au service d'autres clubs

Ce dossier a été préparé par le service développement de la FFA en collaboration avec des clubs qui ont déjà fait le pas de l'encadrement des activités de loisir, santé et bien être. Les éléments proposés sont tous déjà mis en application sur le terrain et fonctionnent. Notre but est d'éclairer ces pratiques.

# Athlé Santé, Bien-être, Loisir

L'athlétisme en France est encore trop souvent réduit à ses seuls aspects compétitifs et élitistes. Pourtant, depuis sa création, l'athlétisme est un véritable sport de base dont nombres d'activités sont fondées sur la santé, le bien-être et le loisir. Un des objectifs de la FFA est de se donner les moyens de développer ces composantes généralistes, grand public et très actuelles de notre sport.

Pour ce faire, la fédération souhaite fortement soutenir les clubs volontaires dans la formation et la mise en place de professionnels dont la principale mission sera d'organiser et d'encadrer ces activités nouvelles destinées au grand public. Dès 2006, les premiers **Coachs Athlé Santé** oeuvreront dans nos clubs

Et ils montreront que l'athlétisme, c'est aussi...

...*la santé* : Dans la prévention à l'obésité, au diabète ou aux risques cardiovasculaires, le jogging, la marche et la marche sportive sont des activités particulièrement préconisées par le monde médical. Grâce aux Coachs Athlé Santé, dont la formation prendra particulièrement en considération cet aspect prévention, l'organisation de ces activités pourra désormais être du ressort des clubs d'athlétisme.

...*le bien-être* : Maintien en forme, amélioration de la condition physique, développement d'une silhouette sportive, mais aussi motricité pour les jeunes enfants (5-8 ans) sont des activités en plein essor mais qui ne sont encore que peu développées dans le cadre de nos clubs. Là encore, les *Coachs Athlé Santé* vont contribuer à multiplier ces activités et permettre à un public nouveau d'enrichir notre tissu associatif.

...*le loisir* : Des centaines de milliers de personnes effectuent régulièrement leur footing, seul ou en groupe, tôt le matin ou en soirée. La marche est d'autre part une pratique physique en plein essor, qui touche notamment les seniors. L'encadrement de ces activités avec le souci d'y ajouter une plus-value – conseils, parcours nature, accompagnement, organisation de déplacement – sera une autre mission des Coachs Athlé Santé.

*Santé, bien-être, loisir...* un vocabulaire nouveau et une ouverture bienvenue dans le panel des activités athlétiques. Ces axes de développement, qui participent à la professionnalisation de l'athlétisme, sont, parallèlement au sport de haut niveau, les grands objectifs de la FFA pour les années à venir.

# L'activité athlétique, l'athlétisme pour tous

Depuis toujours, les compétences des clubs et des entraîneurs de la FFA sont de développer les qualités physiques et techniques des athlètes.

Aujourd'hui, ces compétences doivent être mises au service du plus grand nombre : grâce à une pratique athlétique, il sera possible à tous de développer et d'entretenir ses qualités physiques.

Les clubs de la FFA peuvent se mettre à la disposition de tous ceux qui veulent entretenir leur santé, tester, développer leur condition physique en proposant la pratique d'**activités athlétiques** :

- Le running avec ou sans compétition.
- La marche sportive.
- Des séances de condition athlétique.
- Des séances de développement de qualités physiques.
- Des séances d'entretien physique.
- Etc....

Ces activités peuvent être ouvertes à tous, quel que soit l'âge et le niveau de départ. Les séances, conviviales, seront encadrées par des professionnels formés par la fédération :

## les « Coachs Athlé santé »

Ces professionnels mettront leurs compétences à la disposition des adhérents pour les conseiller, leur préparer des plans de développement et les accompagner dans leur pratique.

Les activités deviennent accessibles au plus grand nombre. Elles peuvent aider à l'amélioration de la santé et de la condition physique. Elles permettent aux pratiquants de se sentir mieux dans leur corps et de l'entretenir efficacement grâce à des activités de base. C'est un puissant levier pour créer de nouveaux acteurs, et se remettre en cause dans nos structures

**L'athlétisme met ses compétences de haut niveau au service de tous !**

**Chacun a le droit d'avoir une condition physique de haut niveau !**

# Objectifs pour le club et la fédération :

- Assurer sa mission de service public en proposant une activité à toutes les catégories de la population.
- Faire progresser les clubs en assurant une complémentarité aux activités de compétition.
- Augmenter l'offre des activités possibles au sein du club et sa polyvalence.
- Structurer le club et augmenter ses compétences.
- Pérenniser les emplois Athlétisme Performance

Cette image du club amènera :

- Meilleure crédibilité du club auprès des collectivités publiques:
  - Beaucoup plus de licenciés.
  - Des licenciés de 5 à 77 ans.
  - Des licenciés des deux sexes.
  - Un autre poids au sein du tissu associatif local.
- Des partenaires qui ont un autre regard sur le club :
  - Un club qui s'ouvre à tous les publics.
  - Un club qui se préoccupe de la santé de ses concitoyens.
  - Un club qui prend en compte l'esthétique.
  - Un club qui apporte plus de convivialité.
  - Un club qui offre des services.

## Notre cible :

- Des coureurs, des joggers, des runneurs....
- D'anciens sportifs qui cherchent à garder une activité physique.
- Des adultes qui cherchent une condition physique.
- Des adultes qui souhaitent être en bonne santé, qui ne veulent pas de l'offre des salles de gym.
- Des adultes qui veulent améliorer leur santé.
- Des sportifs, qui cherchent une bonne condition physique pour la pratique de leur activité.
- Des seniors qui veulent une activité physique.
- Des jeunes enfants qui veulent jouer à courir, sauter, lancer, éléments de l'éducation physique de base.

# Quel type d'actions proposer ?

Deux types d'interventions sont possibles :

- Tout au long de l'année
  - Des actions ponctuelles
- **Tout au long de l'année** : Au quotidien, chaque semaine le club et le Coach Athlé Santé proposent des activités. Nous proposons quelques exemples qui seront bien sur à adapter en fonction des particularités locales :
    - **L'éveil athlétique** : Aujourd'hui, dans la plupart des fédérations, l'éducation sportive se conçoit dès le plus jeune age. Le judo, la natation, le football... accueillent les enfants dès cinq ans. Nous pouvons proposer aux enfants (et aux parents) d'apprendre à Courir, Sauter, Lancer et développer leurs qualités physiques en jouant. Sans faire un athlétisme d'adultes, il est possible de proposer l'activité athlétique comme vecteur de développement et d'apprentissage. Ils reviendront vers le club, s'ils y ont trouvé du plaisir ... Ils seront en tout cas une cible privilégiée pour le monde de l'athlétisme.
    - **Du running entreprise** (convention avec comités d'entreprise) : On croise tous les jours sur les parcours de footing des groupes de coureurs qui profitent de la pause de midi pour courir. Ces personnes courent sans programme précis ils partent simplement pour un temps donné ou sur un parcours. Un animateur pourrait prendre en charge ce groupe, éventuellement élargi à d'autres employés, et lui proposer de progresser grâce à un accompagnement.
    - **Du running loisir et de la marche sportive** : On estime à plus de trois millions les personnes qui courent et marchent dans un but d'amélioration ou d'entretien de leur santé. Ces personnes sont à la recherche de conseils, de convivialité pour améliorer et rendre plus efficace leur pratique. Le Coach Athlé Santé peut dans le cadre de ses fonctions proposer des séances adaptées aux attentes de ces personnes. On pourrait développer un concept de marche sportive: la marche pour être en bonne santé. Cf. le projet de l'équipe de marche
    - **Du running compétition** : Trop peu de clubs prennent en compte le monde des courses hors stade. On doit pourtant constater que ces athlètes sont de plus en plus nombreux et ont une pratique régulière et intense. Beaucoup recherchent un encadrement mais qui leur correspondent et qui est différent de celui de la piste. Le Coach Athlé Santé doit pouvoir prendre en compte leurs attentes et proposer une pratique qui réponde à leurs attentes.

- **De la condition physique athlétique** : Les athlètes sont très souvent les icônes de la mode, leur corps est utilisé par nombre de campagnes publicitaires. Le Coach Athlé Santé doit proposer, pour ceux qui cherchent à faire du sport pour la santé, le bien être et l'esthétique une pratique et des conseils à base d'exercices athlétiques qui leurs apporteront un corps sur lequel elles peuvent compter !
- **De la préparation physique sportive** : Nombre d'entraîneurs d'athlétisme interviennent ou sont partis vers d'autres sports. L'athlétisme est reconnu comme détenteur d'un savoir faire au niveau du développement des qualités physiques. Dans les communes, beaucoup de clubs de sports collectif cherchent un préparateur physique, gage de sérieux et de rigueur pour le club... Le Coach Athlé Santé doit pouvoir proposer dans le cadre d'une convention entre club de prendre en charge un fois ou deux par semaine la condition physique d'une équipe.
- **De l'entretien physique des seniors** : La prise en compte du troisième age est devenu une chose essentielle dans notre société et le mouvement sportif doit lui aussi s'impliquer. Le maintien, l'entretien des qualités physiques fait partie de la vie des seniors. Le Coach Athlé Santé doit pouvoir proposer des activités, en relation avec les associations du troisième age, les maisons de retraite... pour ces pratiquants particuliers.
- **Des sorties « trail »** : L'organisation de sortie en nature, loin des routes est une demande de plus en plus importante des coureurs hors stade, le club doit y répondre.
- **Des actions vers un public handisports** : Un public qu'il faut prendre en compte
- **Des actions en partenariat avec le milieu scolaire.**
- **Mise en place de parcours santé**
- **Marquer sa présence sur les sites habituels de running**
- **Développer le principe des meneurs d'allure**, même en dehors des courses officielles pour inciter les gens à venir courir avec le club.
- **Des opérations ponctuelles** : Tout au long de l'année, il faut rester en contact avec un public potentiel et promouvoir l'activité. Pour l'instant, les opérations proposées aux clubs ou à son initiative, pour attirer des licenciés restent difficiles à porter. Le Coach Athlé Santé sera une passerelle entre le bureau du club et le terrain pour proposer et soutenir ce type d'actions :
  - **Des opérations nationales.**
    - Opérations prévention santé (lutte contre les insuffisances respiratoires, obésité...)
    - Journée nationale de la marche.
    - La journée nationale de la santé athlétique
    - Etc....
  - **Des opérations locales**

- Stages grand public pour préparer un évènement : **100 jours pour courir le marathon de Paris !** Un stage d'une semaine de bilan avec plusieurs types d'évaluation qui débouche sur la proposition d'un plan d'entraînement et un suivi hebdomadaire (ou plus) de l'accompagnement à la course et de la récupération. Des stages de 20 personnes reconductibles d'évènements en évènements et qui entretiennent un afflux de licenciés dans le club.
- Préparer vos vacances (neige, montagne, plage...)
- Athlé vacances
- Préparer un concours administratif
- La course de la ville
- Le défi local
- L'Athlé famille
- Etc....

Toutes ces opérations sont montées à l'initiative du club, de la fédération et sont animée par le Coach Athlé Santé.

# Les compétences du Coach Athlé Santé

La qualité première de ce professionnel doit être sa capacité à animer, créer la convivialité sans négliger la qualité du contenu. Il doit être le VRP de l'athlétisme et pouvoir fidéliser 150 à 200 personnes et donc pérenniser son emploi.

Il doit être capable de :

- Avoir une expérience de terrain
- Etre dynamique, souriant et savoir créer une ambiance
- Aimer le contact et avoir du charisme
- Savoir démarcher, vendre, être le « commercial » de l'activité
- Accompagner des coureurs sur 45 minutes à 12 à l'heure au moins
- Animer une séquence de marche sportive
- Faire des plans d'entraînement
- Programmer une saison
- Maîtriser la préparation physique
- S'adapter aux différents publics possibles
- Accueillir de nouveaux
- Savoir s'exprimer, écouter, communiquer
- Suivre les résultats sportifs, être capable de parler de l'actualité sportive et athlétique
- Organiser des réunions /causeries / animations
- Organiser des actions de promotion, des stages...
- Etre force de proposition pour le club

# Le statut du Coach Athlé Santé

Il doit être employé par le club ou une collectivité territoriale qui passe avec lui un contrat de travail.

Attention !!!!

La nouvelle convention collective du secteur sport définit les conditions dans lesquelles un emploi dans le secteur sportif doit être établi.

Ces contrats de travail ainsi que les grilles indiciaires doivent être rendues publiques prochainement.

# Le recrutement du Coach Athlé Santé :

Ce sont les clubs qui sont les employeurs de Coachs Athlé Santé.

Les Coachs Athlé Santé doivent pouvoir commencer leurs activités en septembre. Il faut donc leur proposer une formation avant cette date et prospector rapidement sur le contrat de travail le plus favorable à l'opération. Le club doit pouvoir, en relation avec le Coach Athlé Santé, commencer la prospection et le démarchage avant les vacances d'été. La formation proposée par la FFA aura donc lieu au mois de mai.

- Un club qui voudrait se lancer dans l'opération, fera acte de candidature. Il proposera ensuite un dossier présentant son projet. Au regard de ce dossier, le service Développement Formation de la FFA, avalisera la suite du processus.
- Un club peut avoir un candidat CAS ou non.
- La FFA effectuera une sélection des candidats basée sur des critères précis (cf. profil du CAS).
- Elle formera les candidats des clubs s'ils sont sélectionnés et ses propres candidats.
- La formation aura lieu au CREPS de Nancy du 22 mai au 9 juin et la dernière semaine du mois d'août.
- La formation initiale : les Coaches Athlé Santé doivent être titulaires d'un BEES pour pouvoir enseigner une activité physique contre rémunération. Toutefois, les connaissances que l'on demande au Coach Athlé Santé sont d'un niveau plus élevé. Le profil idéal étant, outre les qualités vues précédemment : être titulaire d'une maîtrise ou master de Préparation Physique ou Activités Physiques Adaptées. Un candidat titulaire du BEES 1<sup>er</sup> degré peut avoir une expérience tout à fait compatible avec l'emploi.

# Exemples d'aides et de conventions :

Les aides à l'emploi évoluent vite... Il faut donc prendre le temps d'étudier toutes les possibilités au moment où l'on décide d'embaucher un Coach Athlé Santé...

Aujourd'hui, voici une liste des aides possibles.

Le CNAR Sport, organisme dépendant du CNOSF dispose sur son site d'une liste mise à jour des aides à l'emploi sportif.

- La convention de développement sport emploi
- Emploi tremplin dans certaines régions sous certaines conditions
- Contrat d'avenir
- Contrat d'accompagnement à l'emploi
- Contrat initiative emploi
- Contrat d'insertion dans la vie sociale
- Contrat d'insertion revenu minimum d'activité
- Contrat nouvelle embauche

## Les aides à l'embauche :

- Chaque région en plus des propositions gouvernementales propose des aides à l'embauche, en faire ici le listing est difficile car les conditions varient. Le plus facile est de se renseigner auprès de l'ANPE la plus proche. Il est aussi possible de consulter le site du CNOSF et du CNAR pour connaître les possibilités d'aides pour la mise en place d'emploi sportif.
- Les directions Régionales et départementales de la jeunesse et des sports sont capables de monter des dossiers d'embauche et de renseigner à propos des aides gouvernementales à l'embauche. Les régions proposent elles aussi des aides types Emplois Tremplins qu'il est possible de négocier. La ligue peut le faire, la fédération peut le faire, le club peut le faire....

Attention : Il faut faire vite pour demander ces aides.

Nous vous proposons de nous renvoyer le dossier de candidature ci-joint le plus rapidement possible. Une fois que celui-ci est validé, et que votre candidat est accepté en formation, il faut très vite faire la demande auprès des organismes choisis.

# Se lancer...

Si le club pense avoir la possibilité de pérenniser un emploi de ce type grâce à un projet de développement et se lance, il doit prendre contact avec la fédération et les cadres techniques qui peuvent l'aider dans les démarches. Il peut demander à ce que son futur Coach Athlé Santé suive la formation spécifique en présentant un dossier de candidature.

Les cadres techniques de la FFA et les DRDJS ont une délégation emploi qui est capable de vous aider à monter un dossier d'aide à l'embauche.

La Fédération mettra en place un outil d'aide au suivi des Coach Athlé Santé pour suivre leur situation et leur évolution.

Pour tout renseignement complémentaire, vous pouvez contacter :

Olivier VALLAEYS  
FFA  
Service Formation Développement  
06 07 75 08 01  
olivier.vallaey@athle.org

# Dossier de candidature

Si vous souhaitez faire acte de candidature, merci de nous renvoyer un dossier comportant les éléments suivants :

Nom du club

Type de club (Section, Club Omnisport, Sous Section, Club Maître...)

Ville, agglomération ou communauté de communes

Nombre d'habitants

Nombre de licenciés

Activités actuelles du club

- Compétition
- Jeunes
- Hors stade
- Loisirs
- Tout petits

Installations sportives

Autres Installations

- vestiaire
- club house
- gymnase
- salle de musculation

Quelle est votre labellisation FFA actuelle ?

Quelles activités Santé Loisirs envisagez vous ?

Quel est votre projet de développement des activités de loisirs ?

Proposez vous un candidat Coach Athlé Santé pour développer votre politique ?

- Nom
- Formation initiale
- Expérience personnelle athlète
- Expérience personnelle entraîneur

Avez-vous des contacts au niveau des collectivités territoriales ?

# Emploi du temps possible :

|       | Lundi | Mardi            | Mercredi           | Jeudi            | Vendredi              | Samedi          | Dimanche               |
|-------|-------|------------------|--------------------|------------------|-----------------------|-----------------|------------------------|
| 9H45  |       | Athlé senior     | Eveil athlétique   | Marche Sportive  |                       | Marche Sportive | Opérations Ponctuelles |
| 11H45 |       |                  |                    |                  | Travail Administratif |                 |                        |
|       |       |                  |                    |                  | Démarchage            |                 |                        |
| 12H   |       | Athlé Entreprise | Athlé Entreprise   | Athlé Entreprise |                       | Running Club    |                        |
| 13H30 |       |                  |                    |                  |                       |                 |                        |
|       |       |                  |                    |                  |                       |                 |                        |
| 14H   |       | Marche Sportive  | Condition Physique | Démarchage       | Condition Physique    |                 |                        |
| 16H   |       |                  |                    |                  |                       |                 |                        |
| 17H45 |       | Prépa Physique   | Running Club       |                  | Running Club          |                 |                        |
| 19H45 |       | Sportive         |                    |                  |                       |                 |                        |

# Un autre, plus complet...

|       | Lundi | Mardi            | Mercredi           | Jeudi            | Vendredi              | Samedi          | Dimanche               |
|-------|-------|------------------|--------------------|------------------|-----------------------|-----------------|------------------------|
| 9H45  |       | Athlé senior     | Eveil athlétique   | Athlé senior     |                       |                 | Opérations Ponctuelles |
| 11H45 |       |                  |                    |                  | Travail Administratif | Marche Sportive |                        |
| 12H   |       | Athlé Entreprise | Athlé Entreprise   | Athlé Entreprise | Athlé Entreprise      | Running Club    |                        |
| 13H30 |       |                  |                    |                  |                       |                 |                        |
| 14H   |       | Marche Sportive  | Condition Physique | Marche Sportive  | Condition Physique    |                 |                        |
| 16H   |       |                  |                    |                  |                       |                 |                        |
| 17H45 |       | Prépa Physique   | Running Club       | Prépa Physique   | Eveil athlétique      |                 |                        |
| 19H45 |       | Sportive         |                    | Sportive         | Running Club          |                 |                        |

# La formation du futur Coach Athlé Santé :

Nous n'avons pas la prétention de former les Coaches Athlé Santé en quatre semaines, leur formation initiale y a déjà pourvu. Nous voulons mettre en place une formation spécifique qui sera axée sur :

- la connaissance spécifique des différents publics et leurs attentes
- La capacité à vendre l'activité athlétique
- La planification et le suivi des activités
- La définition des contenus des activités
- Les conditions de la pérennisation de l'emploi
- Des exposés d'expériences dans les différents domaines de l'activité athlétique
- La préparation du plan d'action personnel du Coach Athlé Santé

L'élaboration et la collecte des contenus de formation se feront dès le début du mois de mars. Il seront établis en fonction des expériences déjà en cours dans les clubs et étayées par un regard de spécialistes dans les domaines concernés.

Cette formation sera ouverte à tous les clubs dont le dossier aura été retenu. Nous pouvons aussi l'ouvrir aux éducateurs qui sont déjà employés par un club et qui souhaitent élargir leurs champs d'action, il suffit pour cela de nous renvoyer le dossier de candidature ci-joint.

## Note :

Ce projet, comme nous l'avons dit, a pour but d'éclairer des pratiques déjà en place dans certains clubs. En aucun cas il ne faudra remplacer les activités déjà existantes dans le club par celles-ci. L'athlétisme santé loisirs doit être une activité complémentaire à celle déjà existante en club. Elle doit aussi être encadrée par un éducateur spécial, en effet, l'entraîneur actuel du club ne doit pas se voir imposer une charge supplémentaire. Il n'est à priori pas motivé par cette population ni par ces activités. Par contre le club qui veut se développer doit se donner les moyens de pouvoir prendre en charge ce secteur et cela passe par l'embauche d'un « Coach Athlé Santé ».

Ces activités nouvelles seront les poumons de notre athlétisme performance. Celles-ci viendront pérenniser à moyen terme l'encadrement performance de nos Clubs tout en fidélisant des adultes qui pourront s'intégrer dans nos structures comme dirigeants voir officiel...