
















Programme 1418coach du 20.09. + 21.09.2025

Samedi, 20.09.2025			Dimanche, 21.09.2025		
9h30 <i>Entrée Campus</i>		Ouverture du cours <i>HUD, BOY, LOC, LUM</i>	7h30–8h00 <i>Mensa</i>		Petit Déjeuner
10h40–12h15 <i>Salle de sport et extérieur</i>		Caractéristiques d'un bon entraînement 1 Accent échauffement <i>HUD, BOY, LOC, LUM, Guide 1</i>	8h15–10h15 <i>Salle de sport</i>		Être membre de l'équipe de moniteurs / mon rôle de moniteur <i>REPER, Guide 3+4</i>
12h30–13h30 <i>Mensa</i>		Dîner	10h15–10h45 <i>Mensa</i>		Récréation
13h45–15h30 <i>Salle de sport et extérieur</i>		Gr. A : Caractéristiques d'un bon entraînement 2 Gr. B : Le 1418coach face au groupe <i>HUD, BOY, LOC, LUM, Guide 1+2</i>	10h45–12h00 <i>Salle de sport</i>		Echange 1418coach - Préparation <i>1418coaches / HUD, BOY, LOC, LUM</i>
16h00–17h45 <i>Salle de sport et extérieur</i>		Gr. B : Caractéristiques d'un bon entraînement 2 Gr. A : Le 1418coach face au groupe <i>HUD, BOY, LOC, LUM, Guide 1+2</i>	12h00–13h00 <i>Mensa</i>		Dîner et rangement des chambres
18h00–19h00 <i>Mensa</i>		Souper	13h00–15h00 <i>Salle de sport et extérieur</i>		Echange 1418coach – Coaches animent une activité <i>1418coaches / HUD, BOY, LOC, LUM</i>
19h15–20h15		L'avenir du 1418coach <i>HUD</i>	15h00–15h45		Clôture du cours <i>HUD</i>
20h15–21h30 <i>Salle de sport et extérieur</i>		Jeu sportif <i>HUD</i>			

Cadre du cours Fabien Boissieux (BOF) / Yann Bourquin (BOY) / Dominik Hugi (HUD) / Carmen Louvet (LOC) / Marina Lucciola (LUM) / Monika Rüfenacht (RUM)

Participants 40



Transmission d'informations



Interaction



Pratique sportive



Pause



Réflexion

Sous réserve de modification du programme