CENTRE DE FORMATION DES METIERS DU TENNIS

HAUTS DE FRANCE

PROJET DE FORMATION
TENNIS SANTÉ 2025

1 OBJECTIFS DE LA FORMATION

Le programme « Tennis Santé » qui consiste à développer notre sport comme un atout pour la santé. Les caractéristiques du tennis constituent de formidables atouts pour le Sport Santé, comme l'ont fait apparaître plusieurs études et différentes initiatives :

• dans une pratique adaptée « tennis santé », le tennis ne présente aucun risque spécifique,

• sur le plan psychologique, quelle que soit la pathologie, l'aspect ludique et convivial du tennis permet de développer du lien social, élément déterminant pour améliorer l'état psychologique des patients,

• les bienfaits thérapeutiques du tennis ont été validés par la communauté médicale, en particulier dans le cas de certains cancers, de maladies cardio-vasculaires, de maladies métaboliques ou d'obésité ou encore de la lutte contre les effets du vieillissement.

2 CONTENUS DE FORMATION

LIGUE HAUTS DE FRANCE

FORMATION « TENNIS SANTÉ » - JEUDI 28 & VENDREDI 29 AOÛT, JEUDI 4 & VENDREDI 5 SEPTEMBRE 2025

JEUDI 28/08 (Lestrem)	
9h15	Accueil
9h30	Présentation de la formation, des intervenants et des stagiaires
10h15	Programme « tennis santé » FFT : principes, avancées, atouts du tennis *Dr Anne Gires & Anne Baillif (FFT)*
	pause
11h30	Obésité - surpoids *Dr Anne Gires*
12h30	REPAS
13h45	Pathologies respiratoires *Dr Anne Gires*
15h	Labellisation, communication, financement… *Emmanuel Mas & Anne Baillif (FFT)*
	pause
16h45	Maladies de Parkinson et d'Alzheimer *Dr Anne Gires*

Fin vers 18h15

VENDREDI 29/08 (Lestrem)	
8h45	Diabète de type 2 *Dr Anne Gires*
10h	Séances de « tennis santé » Mise en situation sur le court avec des patients *Michaël Ooghe*
12h45	REPAS
14h	Conduites à tenir en cas d'urgence recyclage PSC1 *Formateur La Croix Blanche*
	pause
17h	Sédentarité *Dr Anne Gires*
17h30	Retour sur les 2 premières journées de formation

Fin vers 18h

JEUDI 04/09 (Marcq-en-Baroeul)	
8h45	Nutrition *Claire Meurisse, diététicienne (Santélys)*
9h45	Théorie de l'accueil Jeux de rôle éducateur - patient *Charles Gallot (CMES Chaumont) & Michaël Ooghe*
	pause
11h15	Evaluation de la forme physique Pratique des tests sur le terrain *Charles Gallot (CMES Chaumont) & Michaël Ooghe*
12h30	REPAS
13h45	Théories adaptées au tennis Travail de l'endurance, la force musculaire et l'équilibre Construction et préparation d'une séance « tennis santé » *Charles Gallot (CMES Chaumont) & Michaël Ooghe*
	pause
16h	Utilisation du kit « tennis santé » et situations d'exercices sur le court *Charles Gallot (CMES Chaumont) & Michaël Ooghe*

Fin vers 18h

VENDREDI 05/09 (Marcq-en-Baroeul)	
9h	Cancérologie *Dr Julia Pernaut*
	pause
10h30	Pathologies cardiovasculaires (HTA, AOMI, coronaropathies) *Dr Aymeric Renard*
12h30	REPAS
13h45	Vieillissement avec mise en situation sur le court *Jean Delrue (Santélys)*
16h15	Bilan de la formation *Emmanuel Mas, Michaël Ooghe, Dr Anne Gires, Anne Baillif*

Fin vers 17h

+ MARDI 02/09, de 9h15 à 12h45 :
INTERVENTIONS EN VISIO :
Pathologies rhumatismales, Cadre légal et organisation dans les Hauts-de-France, Sclérose en plaques, AVC

Ligue des Hauts-de-France de Tennis – 93 rue du Fort – CS 21015 – 59701 MARCQ-EN-BAROEUL
Tél : +33 (0) 3 20 81 87 30 – ligue.hautsdefrance@fft.fr – www.ligue.fft.fr/hautsdefrance

Ligue des Hauts-de-France – Antenne d'Amiens – 45 rue Sainte Beuve – BP 10920 – 80009 AMIENS Cedex 1
Tél : +33(0) 3 22 33 76 70

3 PUBLIC CONCERNÉ ET POSITIONNEMENT

Cette action de formation est destinée aux enseignants Diplômés d'Etat des clubs ayant un projet « tennis santé ».
Les enseignants des clubs ayant un projet prêt à démarrer à très court terme seront retenus en priorité.
La participation pourra être limitée à un seul enseignant par club.

4 EVALUATION DE LA FORMATION ET MOYEN PEDAGOGIQUE

Présentiel associant temps théoriques et pratique terrain.
Visio pour certaines interventions
Une certification fédérale sera délivrée à la suite de la formation

5 INFRASTRUCTURES NÉCESSAIRES

a. Terrains
b. Salles de réunion
c. Matériel

6 EFFECTIF MAXIMUM

20 stagiaires maximum

7 TARIFS/FINANCEMENTS

600 euros HT et TTC (frais pédagogiques),
Prise en charge possible via l'AFDAS dans le cadre du « développement des compétences » de votre salarié.

8 DURÉE, SESSION(S), DATE(S) ET LIEU(X) DE FORMATION

- Nombre total de session(s) :	1
- Nombre total de jours de formation par session :	4,5 jours
- Nombre total d'heures de formation par session :	34 heures (30h30 en présentiel + 3h30 en distanciel)
- Date(s) de l'action de formation :	28 et 29 août + 2 septembre matin + 4 et 5 septembre 2025
- Lieu(x) de l'action de formation :	Tennis Club de Lestrem et Centre de Ligue de Marcq-en-Baroeul