



## Stage de Moniteur SOCCC 12/13/14 avril 2024



### pré-requis :

avoir de solides connaissances en sports de combat ou Arts Martiaux  
présenter un certificat médical d'aptitude à la pratique de sport de combat  
création de club ou de section SOCCC

### équipements à fournir par le candidat :

- coquille
- protèges tibias
- gants de boxe
- BPT (Bâton de Protection Télescopique)
- de quoi prendre des notes

Un livre pédagogique et technique vous sera remis ainsi qu'un tee-shirt de Moniteur SOCCC et ecussons, si obtention du diplôme.

**Diplôme de Moniteur Fédéral option : SOCCC, délivré par la FSI  
(Fédération Ide Self-défenses et techniques d'Interventions)**

### Durée du stage : 35h de formation !

Coût du stage : 250€ (payable en 2 fois, voir fiche d'inscription)

### Programme du stage (voir tableau en photo) :

- MN1** : Coups d'arrêts (percussions) - **MN2** : défenses sur percussions - **MN3** : défenses sur saisies / étranglements  
**MN4** : les amenées au sol - **MN5** : défenses contre menaces au couteau - **MN6** : défenses contre attaques au couteau  
**SOL1** : garde au sol / défenses au sol / renversements et relevage en base  
**SOL2** : retournement / les armlocks (clés) / les contrôles  
**OPS1** : notion de triangulation / palpation de sécurité (debout / sol) / menottage  
**OPS2** : utilisation du BDT (Bâton de défense télescopique)  
**PEDA1**: conduite d'une séance SOCCC - **PEDA2** : la fiche de séance - **PEDA3** : élaboration d'une fiche de séance  
**SYN** : préparation à l'exercice de synthèse - **Ex.SYN** : exercice de synthèse (évaluation)  
**RES/FINEX** : résultats et fin de stage

| Jours                          | 8h00 / 09h30                  | 09h45 / 12h00 | 13h00 / 15h00 | 15h00 / 17h15 | 17h30 / 18h30 | 20h00 / 21h00 |
|--------------------------------|-------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 1 <sup>er</sup> jours<br>(12h) | accueil des stagiaires<br>FED | MN.1          | MN.2          | MN.3          | MN.4          | Cadre Légal   |

|                                 |       |       |       |      |      |               |
|---------------------------------|-------|-------|-------|------|------|---------------|
| 2 <sup>ème</sup> jours<br>(12h) | SOL.1 | SOL.2 | OPS.1 | MN.5 | MN.6 | 19h30 / 21h00 |
|                                 |       |       |       |      |      | PEDA.1        |

|                                 |        |       |               |               |               |               |
|---------------------------------|--------|-------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 3 <sup>ème</sup> jours<br>(10h) | PEDA.2 | OPS.2 | 13h00 / 14h00 | 14h00 / 15h00 | 15h00 / 17h00 | 17h30 / 18h00 |
|                                 |        |       | PEDA.3        | SYN           | Ex. SYN       | RES / FINEX   |

Renseignements par mail : [guillaumebernard.contact@gmail.com](mailto:guillaumebernard.contact@gmail.com) ou Téléphone : 06 43 79 98 79



# Stage de Moniteur SOCCC 12/12/14 avril 2024

PHOTO

## Fiche de renseignements

### **Pièces obligatoires à fournir :**

- certificat médical d'aptitude à la pratique des Arts Martiaux
- 1 photo d'identité

Nom : ..... prénom : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Date et lieu de naissance : ..... / ..... / ..... A : .....

Tél. : ..... E Mail : .....

Année de pratiques dans un sports de combat ou Art Martiaux\* : .....

Discipline(s) pratiquée(s) : .....

\* joindre justificatif et diplômes le cas échéants

« S'ENTRAÎNER POUR VOUS PROTÉGER »

**ATTENTION : l'inscription au stage ne sera pris en compte, qu'avec le règlement (250€), joint obligatoirement, avec cette fiche, à retourner 30 maxi jours avant la date du stage.**

### **Possibilité de faire 2 chèques :**

**1er chèque** = 150€ chèque N°..... banque : .....

**2ème chèque** = 100€ chèque N°..... banque : .....

**Aucun remboursement ne sera effectué sauf raison médicale.**

Fait à : ..... le : .....

**Signature obligatoire, précédée de la mention « bon pour accord »**

**A retourner par voie postal**

FSI - 4 rue du Chaffal - 26120 Chabeuil

Renseignements : [guillaumebernard.contact@gmail.com](mailto:guillaumebernard.contact@gmail.com) ou Téléphone : 06 43 79 98 79