

CQP AESA & CS Escalade-Santé - Strasbourg - 2024-2025

SEPTEMBRE			OCTOBRE			NOVEMBRE			DÉCEMBRE			JANVIER			FEVRIER			MARS			AVRIL			MAI			JUIN		
Matin	Après-midi	Lieux de formation	Matin	Après-midi	Lieux de formation	Matin	Après-midi	Lieux de formation	Matin	Après-midi	Lieux de formation	Matin	Après-midi	Lieux de formation	Matin	Après-midi	Lieux de formation	Matin	Après-midi	Lieux de formation	Matin	Après-midi	Lieux de formation	Matin	Après-midi	Lieux de formation	Matin	Après-midi	Lieux de formation
1 di			1 ma			1 ve Férié			1 di			1 me Férié			1 sa			1 sa			1 ma			1 je Férié			1 di		
2 lu	Date limite Inscript* Tests		2 me			2 sa			2 lu			2 je			2 di			2 di			2 me			2 ve			2 lu		
3 ma			3 je			3 di			3 ma			3 ve			3 lu			3 lu			3 je			3 sa			3 ma		
4 me			4 ve			4 lu ACCUEIL DES PUBLICS			4 me			4 sa			4 ma			4 ma			4 ve			4 di			4 me		
5 je			5 sa			5 ma SÉCURITÉ			5 je			5 di			5 me			5 me			5 lu			5 sa			5 je		
6 ve			6 di			6 me SÉCURITÉ			6 ve			6 lu			6 je			6 je			6 ma			6 di			6 ve		
7 sa			7 lu			7 je SECOURS			7 sa			7 ma			7 ve			7 ve			7 me			7 lu			7 sa		
8 di			8 ma			8 ve			8 di			8 me			8 sa			8 sa			8 ma			8 je Férié			8 di		
9 lu			9 me			9 sa			9 lu			9 je			9 di			9 di			9 me			9 ve			9 lu		
10 ma			10 je			10 di			10 ma			10 ve			10 lu			10 lu			10 sa			10 je			10 ma		
11 me			11 sa			11 lu Férié			11 me			11 di			11 ma			11 ma			11 di			11 ve			11 me		
12 je			12 sa			12 me SÉCURITÉ			12 je			12 di			12 me			12 me			12 lu			12 sa			12 je		
13 ve			13 di			13 me			13 ve			13 lu			13 je			13 je			13 ma			13 di			13 ve		
14 sa			14 lu			14 je ENSEIGNEMENT 1			14 sa			14 ma			14 ve			14 ve			14 lu			14 di			14 sa		
15 di			15 ma			15 ve			15 di			15 me			15 sa			15 sa			15 je			15 ma			15 di		
16 lu	Tests Techniques	Baume-LD	16 me			16 sa			16 lu			16 ve			16 di			16 di			16 me			16 je			16 lu		
17 ma			17 je			17 di			17 ma			17 ve			17 lu			17 lu			17 sa			17 je			17 ma		
18 me			18 ve			18 lu SECOURS			18 me			18 di			18 ma			18 ma			18 di			18 ve			18 me		
19 je			19 sa			19 ma CERTIF SECOURS			19 je			19 di			19 me			19 me			19 lu			19 sa			19 je		
20 ve			20 di			20 me ÉVÈNEMENT			20 ve			20 lu			20 je			20 je			20 ma			20 di			20 ve		
21 sa			21 lu			21 je PASSEPORTS			21 sa			21 ma			21 ve			21 ve			21 me			21 lu			21 sa		
22 di			22 ma			22 je RATTRAP. SECOURS			22 di			22 ve			22 sa			22 sa			22 ma			22 je			22 di		
23 lu	Date limite Inscript* Format*		23 me			23 sa			23 lu			23 ve			23 di			23 di			23 ve			23 ma			23 lu		
24 ma			24 je			24 di			24 ma			24 ve			24 lu			24 lu			24 sa			24 di			24 ma		
25 me			25 sa			25 lu PUBLICS PARTICUL. SÉCURITÉ			25 me Férié			25 sa			25 ma			25 ma			25 di			25 sa			25 me		
26 je			26 sa			26 ma			26 je			26 di			26 me			26 me			26 lu			26 sa			26 je		
27 ve			27 di			27 me			27 ve			27 lu			27 je			27 je			27 ma			27 di			27 ve		
28 sa			28 lu			28 je			28 sa			28 ma			28 ve			28 ve			28 me			28 lu			28 sa		
29 di			29 ma			29 me			29 di			29 ve			29 di			29 sa			29 ma			29 ma			29 di		
30 lu			30 me			30 sa			30 lu			30 je			30 di			30 di			30 me			30 ve			30 lu		
31 je			31 ve			31 ma			31 ma			31 ve			31 lu			31 lu			31 sa			31 sa			31 lu		

UC1
 UC2
 UC3
 UC4
 Certifications
 Rattrapages Certifications
 CS Escalade-Santé
 Vacances scolaires z

Tests Techniques :
 09/07/24 à Strasbourg
 16/09/24 à Baume-les-Dames
 Jury plénier :
 Début juin 2025

Fin de l'Alternance

CS ESCALADE SANTÉ

Programme prévisionnel – Strasbourg 2023

Date et heure	Thème	Durée
10/03/25	Matin Accueil du groupe et présentation de la formation, La préoccupation institutionnelle, la sédentarité, Les bienfaits du sport sur la santé, les différents types de préventions, la démarche sport-santé.	3h
	Après-midi Adapter la séance d'escalade-santé aux attentes et possibilités des pratiquants, Ateliers pratiques, Évaluations & mesures du CNO, adaptations à l'escalade.	4h 7h
11/03/25	Matin Zoom sur le cancer du sein : présentation de la maladie (oncologue), L'activité physique pendant et après les traitements du cancer du sein (prise en charge kiné).	4h
	Après-midi Précautions échauffement, étirements, renforcement musculaire, Ateliers pratiques.	3h 7h
12/03/25	Matin Présentation générale des ALD et maladies chroniques, effets, impacts sur la pratique.	4h
	Après-midi La démarche d'enseignement, les objectifs de séances, de cycles, Ateliers pratiques.	4h 8h
13/03/25	Matin Préparation de la séance de l'après-midi, tests, régulations, améliorations.	3h
	Après-midi Accueil puis séance d'escalade avec des femmes ayant subi un cancer du sein, Temps d'échange, Bilan.	3h 6h
14/03/25	Matin Le projet escalade-santé au club : présentation de projets menés à différentes échelles, Échanges, méthodologie de projet (montage/portage/mise en œuvre). Le CS escalade santé, le stage pratique, le dossier à rendre.	4h 4h
		Total : 32h
Avant le 31/12/25	Dossier présentant la démarche et le cycle d'escalade-santé	