

# FORMATIONS 2022

Ces formations sont **gratuites** (sauf PSC1) et s'adressent à tout membre dans votre association (bénévoles, dirigeant·e·s ou non, salarié·e·s...)

**POUR BIEN DÉMARRER LA RENTRÉE SPORTIVE 2022/2023 !**

**Le lundi 19 septembre**  
**18h30 à 20h00**



**Atelier - découverte de la sophrologie et de ses applications dans le domaine sportif.** (limité à 30 personnes)  
Animé par **Gilles TARAQUOIS** (Sophrologue - Préparateur mental).

**Pourquoi participer à cet atelier ?**

[Lire notre article](#)

**Programme :** [ici](#)

**Inscription :** [ici](#)

**Le samedi 24 septembre**  
**8h30 à 12h/13h à 16h30**



**Formation PSC1 (Prévention et secours civiques de niveau 1)**  
Chaque session est limitée à 10 participant·e·s et à 2 par association. Après prise en charge par l'OSV de 50 % du coût de la formation, Coût final par stagiaire : 32 €.

**Document de préinscription :** [ici](#)

(A renvoyer complété à [christelle.chuzet@osvilleurbanne.com](mailto:christelle.chuzet@osvilleurbanne.com))

Animée par le **CASC DU RHÔNE**

**Le jeudi 20 octobre**  
**18h30 à 20h30**



**Présentation des aides financières municipales aux associations sportives**

Animée par la **Direction du sport** de Villeurbanne.

**Inscription :** [ici](#)

**Le lundi 14 novembre**  
**18h30 à 20h00**



**La nutrition, l'alimentation et la diététique dans le sport**

Animée par **Céline MESSLIN** (Naturopathe-Formée en micro nutrition).

**Présentation :** [ici](#)

**Inscription :** [ici](#)

**Lieu des formations :**

à l'OSV - Maison des Sportifs - 70 rue du docteur Rollet - Villeurbanne

**Pour toute demande d'informations :**

[christelle.chuzet@osvilleurbanne.com](mailto:christelle.chuzet@osvilleurbanne.com)