

# STAGE DE FORMATION INSTRUCTEURS DE COMBAT MIXTE (MMA) CNCM



**Du 17 au 19 juillet 2024 - Chauffailles (71)**  
**Renseignements : 06 51 26 73 30**

# STAGE DE FORMATION COMBAT MIXTE (MMA)

## FORMATION AU DIPLOME CNCM – FSASPTT D'ENSEIGNANTS FEDERAUX DE COMBAT MIXTE (MMA) (NIVEAUX INITIATEUR, INSTRUCTEUR ET FORMATEUR)

L'avenir du combat mixte (MMA) éducatif et amateur est désormais assuré au sein de la nouvelle organisation qui se met en place dès la rentrée de septembre 2024. En effet, le Comité National de Combat Mixte (CNCM), où officie l'équipe « historique » du pancrace et du combat mixte depuis 1999, reprend son activité dès cette saison pour affilier les clubs qui pratiquent une forme éducative et amateur de notre discipline sportive. Grâce à une convention de coopération signée avec la Fédération sportive des ASPTT (FSASPTT), fédération sportive agréée par le Ministère des Sports, le CNCM propose aux clubs de rejoindre cette fédération importante, dont l'objectif est, tout comme le nôtre, le développement du sport éducatif et populaire.

Aussi, après quelques années au sein d'une autre fédération, l'équipe du CNCM se mobilise pour lancer la saison sportive 2024-2025, de manière à ce que nous ayons de vraies compétitions éducatives et amateur régulièrement sur l'ensemble du territoire français, en association étroite et au service des clubs qui vont nous rejoindre. Nous organiserons également le Championnat national de combat mixte (MMA) CNCM-FSASPTT au cours de chaque saison. Je précise que notre démarche est indépendante, et ne poursuit aucun but de revanche contre quiconque.

Le stage de formation de juillet est donc le début d'une nouvelle aventure humaine qui ne fait que commencer, qui va permettre de donner de la visibilité à nos jeunes combattants, leur permettre de prendre de l'expérience et progresser dans la pratique de notre discipline sportive.

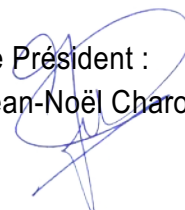
En ce qui concerne la formation, une procédure d'équivalence des diplômes déjà obtenus dans d'autres structures est déjà en place. Ce stage permet, en revanche, la formation de nouveaux instructeurs de combat mixte (MMA) reconnus par le CNCM et la FSASPTT.

Bon esprit, convivialité, transpiration sur le tapis et dans la cage, sont les ingrédients que nous vous proposons pendant ce stage, émaillé d'échanges techniques entre les uns et les autres, avec une pédagogie qui se veut très participative, associant chaque participant à sa propre réussite, dans la logique constructiviste chère à l'équipe du CNCM.

A bientôt de vous revoir, ou de vous rencontrer pour la première fois pendant ces cinq jours de formation.

Bien amicalement

Le Président :  
Jean-Noël Charollais



# STAGE DE FORMATION COMBAT MIXTE (MMA)

**LIEU** : Le Battle-Combat Club, 11 place de la République, 71170 CHAUFFAILLES

**DATES DU STAGE** : du mercredi 17/07/24 (09 H 00) au vendredi 19/07/24 (19 H 00)  
Accueil des participants le mercredi soir de 18h00 à 20h00 sur demande

**ANIME PAR** : équipe de formateurs du CNCM



**PROGRAMME** : Préparation aux examens fédéraux de Combat Mixte CNCM : UV théorique, UV pédagogique, UV technique, niveaux : **initiateur fédéral, instructeur fédéral, formateur fédéral** selon le niveau de pratique des candidats.

Examen pendant le stage (*Voir programme type de stage*)

**TENUE ET MATERIEL** : short et tee-shirt, protections (*coquille, protège-dents, protège-tibias*), corde, paire de paos, tenue pour footing, paire de gants doigts ouverts (*mitaine de type « bombée »*).

**PRIX DU STAGE DE 3 JOURS : 200 €**

Ce forfait comprend le stage et le repas de midi (du mercredi au vendredi).

## **A APPORTER AU PLUS TARD LE 1ER JOUR DU STAGE :**

- Certificat médical d'aptitude à la pratique du combat mixte (MMA)
- Extrait de Casier Judiciaire n°3 (*possible de fournir après le stage en cas d'impossibilité*)
- Copie du PSC 1 ou autre diplôme de secouriste (*possible de fournir après le stage en cas d'impossibilité*)

**HEBERGEMENTS A CHAUFFAILLES** : voir pages suivantes

## **RENSEIGNEMENTS SUR LE COMBAT MIXTE (MMA) ET SUR LE STAGE :**

Jean-Noël CHAROLLAIS : TEL : 06 51 26 73 30

Email : [jeannoelcharollais@me.com](mailto:jeannoelcharollais@me.com)

Site Web fédéral : <https://combatmixte.fr> (site en cours d'actualisation)

## **INSCRIPTIONS EN LIGNE AVANT LE 15 JUILLET 2024 :**

<https://www.helloasso.com/associations/comite-national-de-combat-mixte/evenements/stage-formation-enseignants>

**ATTENTION : NOMBRE DE PLACES LIMITÉ. LES INSCRIPTIONS SONT PRISES EN COMPTE DANS L'ORDRE D'ARRIVEE DES RESERVATIONS.**

**DANS L'ATTENTE DE VOUS RETROUVER POUR UN SUPER STAGE !**

**EMPLOI DU TEMPS TYPE**  
**STAGE DE FORMATION ENSEIGNANTS FEDERAUX CNCM-FSASPTT**  
**COMBAT MIXTE (MMA)**

	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
09H00	<p style="text-align: center;"><i>TECHNIQUE</i>            Fondamentaux            Percussions            Entrées dans la garde            Enchaînement de lutte debout            Projections</p>	<p style="text-align: center;"><i>TECHNIQUE</i>            Amélioration de l'endurance. Préparation d'un combat            Travail aux paos            Stratégies de déplacement</p>	<p style="text-align: center;"><i>EPREUVE</i>  <u>UV THEORIQUE :</u>            Évaluation            U.V. Théorique</p>
10H30			
11H00	<p style="text-align: center;"><u>THEORIE :</u>            Association, affiliation            La fédération            Le comité national            Organisation compétition</p>	<p style="text-align: center;"><u>THEORIE :</u>            Sport et santé            Entraînement et performance            Planification</p>	<p style="text-align: center;"><i>EPREUVE</i>  <u>UV TECHNIQUE :</u>            Évaluation            U.V. Technique</p>
12H00			
12H30			
14H00	<p style="text-align: center;"><u>THEORIE :</u>            CF 2 :            Réglementation sportive            du Combat Mixte (MMA)</p>	<p style="text-align: center;"><i>PEDAGOGIE</i>            Animation d'un cours enfants            Lien avec les compétences EPS</p>	<p style="text-align: center;"><i>EPREUVE</i>  <u>UV TECHNIQUE :</u>            Évaluation            U.V. Technique            (suite et fin)</p>
15H00			
15H30	<p style="text-align: center;"><u>TECHNIQUE :</u>            Combat au sol : clés bras, poignets, clés            jambes : cheville, genou            Etranglements            Stratégies sol</p>	<p style="text-align: center;"><u>TECHNIQUE :</u>            Séance de mise en pratique combat             Arbitrage</p>	<p style="text-align: center;"><u>TECHNIQUE :</u>            Entraînement collectif            de fin de stage</p>
17H30			<p style="text-align: center;">Pot de fin de stage            Moment convivial</p>

**Matériel à apporter :**

- Équipement personnel : short, coquille, protège-dents, protège-tibias, gants de MMA (mitaines type « bombée »)
- Pour les sessions théoriques : de quoi noter (stylo, classeur, carnet...)
- Tenue de footing
- 1 paire de paos

## **Hébergements à Chauffailles et à proximité :**

### **Hébergements proches du stage :**

#### **Les plus proches (camping, chalets, bungalows) :**

*Attention, hébergements très demandés : faites vite pour réserver !*

Camping « Les Feuilles » Chauffailles (à côté du stage) :

<https://www.tourisme-sudbrionnais.fr/campings/camping-les-feuilles-HPABOU071142437.html>

Chalets et camping municipal « Les écureuils » Belmont-de-la-Loire (8 km de Chauffailles) :

[https://www.belmontdelaloire.fr/chalet-camping-ecureuils-belmont-loire42\\_fr.html](https://www.belmontdelaloire.fr/chalet-camping-ecureuils-belmont-loire42_fr.html)

Camping « Les Bruyères » La Clayette (15 km de Chauffailles) :

<https://www.tourisme-sudbrionnais.fr/campings/camping-les-bruyeres-HPABOU071142458.html>

Camping municipal de Charlieu (17 km de Chauffailles) :

<https://campingcharlieu.com>

#### **Chambres d'hôtes et hôtels les plus proches :**

Parc Johan Chauffailles (à 500 m du stage) :

<https://www.tourisme-sudbrionnais.fr/chambres-d-hotes/parc-johan-HLOBOU071V508UPL.html>

Hôtel de Bourgogne La Clayette (à 13 km du gymnase) :

<https://www.tourisme-sudbrionnais.fr/hotels/hotel-restaurant-de-bourgogne-HOTBOU071146390.html>

#### **Gîtes et meublés :**

Gîtes de groupes :

<https://www.tourisme-sudbrionnais.fr/hebergements-collectifs.html>

Meublés et gîtes :

<https://www.tourisme-sudbrionnais.fr/gites.html>