



Saison 2025/2026



Fédération Française
EPGV
COMITÉ DÉPARTEMENTAL
CÔTES-D'ARMOR

le Codep 22



vous propose
ses animations territoriales
ouvertes aux **Animateurs et Dirigeants**



20/09/2025 **Stage de rentrée** DINARD (35)
Univers DANSE – BODYZEN
N. Casamento, M. Fabbro

04/10/2025



Pilates et Yoga : harmonie entre force et sérénité
Pilates et Bassin : prendre soin de vos psoas
Bodyzen et Relaxation
1 journée **Amandine BRASSELET**



18/10/2025

Octobre rose = Bungy Pump à CALORGUEN
1/2 journée **Patrice PITEL**

15/11/2025

Comment créer un flyer et des posts sur les réseaux sociaux ?
1/2 journée **Léa GAUTHIER**



11/01/2026

Musique/mouvement, travail sur le rythme au travers de danses chorégraphiées
1/2 journée **Caroline COLLIN**

10 ou 24/01/2026

Sensibilisation à l'actualisation du sport santé
Body Zen, Cross Training, Séance sport santé
1/2 journée (Am) **Dominique MEURANT**



21/03/2026

Motivation du Bénévole
volet 1 partie théorique (matin)
volet 2 partie pratique (après-midi)
Marie-Sophie TERNOIS



11/04/2026

Journée départementale Sport en entreprise
Une thématique traitée par le CROS la mise en situation pour développer auprès de l'entreprise
Equipe 22

12/06/2026

1er secours PSC1 - remise à niveau
1/2 journée **Samuel GRONDIN**



~~11/10/2025~~ ~~ROB (Coreg)~~

Inscriptions



CODEP 22 sur l'adresse du Codep : **cotesdarmor@comite-epgv.fr**

06 20 72 49 69