

ALPHA-VOLLEY



CALENDRIER

DATE	THEME	LIEU	ADRESSE	HEURE
29/08/2026	Revisiter les séances 1-5 sous le regard de la transition "général vers spécifique"	WAREMME	Centre sportif Leburton Rue des Prés 43 4300 Waremme	10h00 13h00
19/09/2026	Prévention – partie 2 Autour des membres supérieurs	OHEY	Centre sportif Voie du Rauyisse 2 5350 Ohey	10h00 13h00
24/10/2026	Les contacts au sol et les prises de balle à 1 ou 2 mains : des changements de niveau vers les contacts-sol en défense et en réception	ARLON	Centre Adeps Rue de l'Hydrion 108 6700 Arlon	10h00 13h00
21/11/2026	L'action motrice de sauter orientée vers l'attaque et le contre	MALMEDY	Centre sportif Av. du Pont de Warche 1 4960 Malmedy	10h00 13h00
19/12/2026	La balle et les implications visuelles décisionnelles en lien avec le volley-ball	MONT-ST-GUIBERT	Centre sportif Jean Moisse Rues des Hayeffes 27A 1435 Mont-St-Guibert	10h00 13h00



Les entraîneurs présents aux séances auront un accès exclusif à certains films.

LES SÉANCES ALPHA-VOLLEY : NOS OBJECTIFS

- Parfaire les connaissances globales de nos entraîneurs
- Valoriser les clubs qui engagent des experts jeunes
- Décrypter les liens entre alphabet moteur et volley de haut niveau
- Favoriser la créativité individuelle
- Laisser des outils pérennes pour la FVWB

ALPHA-VOLLEY : PROJET 2026

Contenu :

- Séance pratique d'1h30 pour U13
- L'alphabet moteur

Originalité :

- 10 chapitres répartis sur une année civile
- Formation diplômante

Porteurs du projet : Emile Rousseaux et Dominique Blairon

LES SÉANCES ALPHA-VOLLEY EN PRATIQUE

- Chaque séance est reconnue en tant que formation continue pour les coachs A B C D.
- Diplôme Expert Jeunes B (participation à 5 séances) et A (participation à 10 séances), valorisé dans le cadre de la labellisation
- 1 séance = 1h30 de pratique avec des enfants + 1h30 sur le concept (PowerPoint + vidéos)
- P.A.F. individuelle : 20€ → 1 session, 55€ → 3 sessions, 68€ → 4 sessions, 75€ → 5 sessions, payables sur place ou par virement sur le compte de Moventis BE06 9502 0607 5522

✉ INSCRIPTION

<https://forms.gle/arybZTTp58KvLAtC7>

Pour tout renseignement : dominique.blairon@fvwb.be

