

BASKETONIK (BTK)



Le BaskeTonik est une pratique labellisée, non compétitive et ludique.

Cette activité physique est basée sur la répétition de mouvements basket au rythme de la musique avec des variations d'intensité. Les exercices sont répétés par séries ou réalisés dans des enchainements chorégraphiés.

Accessible à tous à partir de 13 ans, elle se propose sous un format court, modulable et adaptable selon l'environnement dont le club dispose (gymnase / salle)

POURQUOI ?



Proposer une offre de pratique non compétitive élargie et diversifiée.



Accueillir de nouveaux profils de pratiquants et partager la pratique basket dans une approche collective.



Utiliser le basket pour développer ses capacités cardio-vasculaires et respiratoires, améliorer sa mobilité et la souplesse.



Investir de nouveaux espaces sans consommer les créneaux habituels

COMMENT ?

BASKETONIK DÉCOUVERTE

Label d'initiation avec 1 à 7 séances sur la saison

- 1 Disposer de l'encadrement qualifié :
 - PSC1 à jour
 - **Diplôme Fédéral d'Animateur BaskeTonik** ou Diplôme des métiers de la forme option cours collectifs
- 2 Créer une demande de label sur FBI dans « organisme » > « gestion des labels »
- 3 A l'issue de l'action, transmettre la liste des participants à votre comité pour l'attribution de licences contacts découvertes BaskeTonik

BASKETONIK

Labels pour des cycles réguliers sur la saison (mensuel, hebdomadaire...)

- 1 Disposer de l'encadrement qualifié selon le niveau :
 - PSC1 à jour
 - **Diplôme fédéral d'Animateur BaskeTonik**
- 2 Créer une demande de label sur FBI dans « organisme » > « gestion des labels »
- 3 Compléter le formulaire de droit d'accès aux pratiques VxE et effectuer le versement correspondant.
- 4 Attribuer des licences VxE BaskeTonik aux participants

VOTRE CHECK-LIST

- Trouver un créneau et organiser la pratique
- Disposer du matériel nécessaire à la mise en place : sonorisation, musique, ballons...
- Choisir le label selon la durée et les objectifs
- Communiquer pour amener de nouvelles personnes dans le gymnase

INFORMATIONS SUR [FFBB.COM](https://www.ffbb.com)

