

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 12 (2010)  
**Heft:** 4  
  
**Rubrik:** Les partenaires

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Une unité dans la formation

La structure de la formation des moniteurs et des experts «Sport des adultes esa» est définie dans un document édicté par l'Office fédéral du sport OFSPO, avec la collaboration des organisations partenaires. Le point.

Texte: Raphael Donzel

**La situation de départ.** Moniteurs mieux formés = offres plus attractives. Par conséquent, ces dernières sont plus souvent choisies et plus longtemps suivies. La population doit être plus active et pratiquer un sport toute la vie. Le programme Sport des adultes Suisse esa contribue à cet objectif à travers la formation des moniteurs.

**Le concept.** Les organisations partenaires potentielles ont participé à son élaboration. Ce concept uniformise la terminologie, définit des structures claires et permet de rassembler certains éléments dans le domaine de la formation. Il ne s'agit en revanche pas de tendre vers une unité des offres sportives, ni de réglementer le marché. Les offres doivent couvrir les différents segments du sport des adultes et répondre aux attentes des groupes cibles et en aucun cas se fonder sur leur âge.

**Les organisations partenaires.** Le système esa s'adresse à tous les prestataires de formation et de formation continue qui disposent de plusieurs années d'expérience dans ces domaines, couvrent un bassin suprarégional, peuvent faire valoir de compétences institutionnelles et formative et accordent une importance à la qualité. Les organisations partenaires ne doivent pas être actives dans plusieurs disciplines sportives. Par contre, elles doivent avoir un lien étroit avec l'offre proposée et ne pas officier uniquement comme institution de formation. Ces conditions confortent leur implémentation sur le marché et apporte une plus-value aux clients.

**Les conventions de partenariat.** Actuellement, on parle d'organisations partenaires potentielles. Ce statut sera modifié lorsque les conventions de partenariat auront été signées. Pour ce faire, des discussions sont nécessaires afin que les deux parties s'accordent sur une solution satisfaisante. Les ententes avec les plus grandes organisations devraient être ratifiées avant la fin de cette année.

**Les disciplines sportives.** Elles ne sont volontairement pas spécifiées dans le concept. La définition du sport par esa est très ouverte et doit le demeurer. Les disciplines sportives proposées par une organisation partenaire seront mentionnées dans la convention de partenariat. C'est ce document qui stipule les domaines de compétences des organisations.

**La structure de la formation.** Les organisations partenaires sont responsables de la formation des moniteurs, tandis que l'OFSPO est en charge de la formation des experts. Le document «Profil de compétences des moniteurs esa», développé avec les organisations partenaires potentielles, constitue le fondement du système de formation. Il livre des informations sur les compétences que doivent posséder les moniteurs et c'est sur lui que sont échafaudés les contenus de la formation. Ce système doit apporter une certaine

unité sur le marché du sport et permettre une comparaison des offres. Un effet collatéral sera l'établissement d'un standard de qualité minimale dans la formation.

**La formation des moniteurs.** La formation faisant l'objet d'une subvention dure six jours et peut être subdivisée en deux parties (formation de base et formation spécifique), d'une durée de trois jours chacune. La première expose les bases de l'entraînement sportif et le rôle du moniteur en général, alors que la seconde aborde les éléments spécifiques à la discipline sportive. Les moniteurs J+S ont la possibilité de suivre un cours d'introduction de deux jours au terme duquel ils disposeront des compétences pour donner des cours avec des adultes.

**La formation des experts.** A ce jour, plus de 300 personnes ont déjà obtenu la reconnaissance d'expert esa. Il s'agit avant tout d'experts issus des rangs de J+S, du sport des aînés et du projet Allez Hop.

**La reconnaissance des cours.** De nombreuses organisations proposent des cours d'une durée supérieure à six jours débouchant sur une reconnaissance. Quelques-unes d'entre elles ont fait part de leur intérêt d'intégrer la reconnaissance esa dans leur formation. L'OFSPO soutient ces initiatives pour autant que certaines conditions soient remplies. Les thèmes d'esa doivent être traités dans le cadre de cours-blocs clairement mentionnés et avec les documents didactiques correspondants. L'identification au système esa est ainsi garantie: les participants ont les outils pour comprendre ce système et ils ne reçoivent pas «gratuitement» la reconnaissance esa. ■

**Contact:**

Sport des adultes Suisse esa  
Office fédéral du sport OFSPO  
2532 Macolin  
Tél.: 032 327 61 90  
Courriel: esa@baspo.admin.ch

# Toujours en mouvement

Le sport et l'activité physique favorisent la joie de vivre et contribuent à la promotion de la santé et à l'intégration sociale des personnes âgées. Pro Senectute propose aux plus de 60 ans une vaste palette d'activités, dirigées par des moniteurs spécialement formés. Elle joue ainsi un rôle majeur en matière de prévention et de politique de la santé.

Les cours – dispensés par quelque 6000 moniteurs dotés d'une solide formation – sont à la pointe de l'actualité en matière de théorie du mouvement et spécialement adaptés aux besoins des seniors. Durant l'échauffement et la partie principale du cours, qui associe entraînement de la force, de l'endurance et de la souplesse, les participants sont sollicités et encouragés de manière individuelle dans une ambiance conviviale. Les cours se déroulent toujours en groupe, afin de favoriser les contacts sociaux. En adoptant cette démarche, Pro Senectute contribue de manière importante à instaurer et à renforcer le réseau social des participants. Le bien-être psychique et physique ainsi que le maintien de l'autonomie sont des facteurs importants pour vieillir heureux et en bonne santé. En 2009, environ 90 000 participants ont ainsi pu bouger dans le cadre des douze types d'activités proposées par Pro Senectute: aquafitness, activités sportives en maison de retraite, fitness et gymnastique, ski de fond/excursions à ski, nordic walking, randonnées à raquettes, danse folklorique, cyclisme, excursions et tennis.

En complément de ses offres sportives régulières, Pro Senectute met également sur pied des manifestations spéciales, telles que journées sportives, après-midi dansants, semaines mono- ou polysportives. Enfin, les sports à la mode (tai-chi, qi-gong, entraînement de la force axé sur la santé et vélo tout terrain) ont également leur place dans le programme des cours.

## Une formation de spécialistes

Pour se préparer à leurs futures tâches, les monitrices et moniteurs de Pro Senectute suivent des cours de formation spécifiques à leur discipline, organisés en collaboration avec l'Office fédéral du sport OFSPO. La formation dispensée par Pro Senectute s'appuie sur le nouveau concept Sport des adultes Suisse esa et cible spécialement la clientèle de plus de 60 ans. Elle se fait en plusieurs étapes. Après une phase d'introduction aux principes de l'association et d'observation de l'enseignement dispensé en cours de sport, les candidats entament une formation de moniteur de sept jours. Celle-ci débute par un cours de base de trois jours, qui permet aux participants de se familiariser avec les modèles conceptionnels et les thèmes spécifiques au vieillissement; ils acquièrent également des notions de biologie, de théorie de l'entraînement, de premiers soins, de méthodologie et de didactique et ils s'exercent à les mettre en pratique. Dans le cours suivant, qui dure quatre jours, ils abordent les modules et les prescriptions spécifiques aux disciplines sportives. Pour

la formation de moniteur d'excursion par exemple, il s'agit d'apprendre à planifier une excursion de plusieurs heures, d'acquérir les contenus spécifiques à la sécurité et au comportement en cas de danger et de savoir les mettre en application. Après la formation spécifique, les futurs moniteurs mettent en pratique les connaissances acquises dans le cadre d'un stage effectué dans des cours de sport Pro Senectute. Enfin, pour maintenir leurs compétences à jour, ils sont tenus de suivre un cours de perfectionnement au moins tous les deux ans. ■

*Flavian Kühne*

[www.pro-senectute.ch](http://www.pro-senectute.ch)

## Tout pour les seniors

Pro Senectute est la plus grande organisation professionnelle au service des personnes âgées en Suisse. Depuis sa fondation, en 1917, elle s'engage pour le bien-être, la dignité et les droits des seniors. Elle est active sur l'ensemble du territoire suisse: elle compte 22 organisations cantonales et deux organisations intercantionales. Ses 130 bureaux proposent de multiples services et cours: consultations sociales, services à domicile, cours de formation et offres d'activités physiques.

Pro Senectute œuvre également, avec des projets qui visent à rapprocher les générations et des travaux communautaires, à améliorer l'intégration des personnes âgées dans la société. Pro Senectute Suisse est reconnue d'utilité publique depuis 1942 par la fondation ZEWO (service de certification pour les organisations d'utilité publique qui récoltent des dons) et se conforme aux directives du code suisse des organisations à but non lucratif.

# Contenter tout le monde

La Fédération suisse de gymnastique est la plus grande fédération sportive du pays. Elle constitue par conséquent une plateforme idéale pour les cours de formation esa. Afin de répondre aux besoins de ses différents groupes cibles, elle a mis sur pied un programme de formation qui comprend plus de 300 cours.

La Fédération suisse de gymnastique (FSG) fait partie des organisations partenaires du sport des adultes. Dans le cadre d'un programme de formation obéissant aux principes esa, elle propose un cours de moniteurs «Sport des adultes». Ce cours est destiné à la filière «Gymnastique» qui réunit les «polygymnastes», les «non-spécialistes» et les généralistes. On y trouve donc la grande majorité des gymnastes de la FSG.

## Formé en six jours

Après avoir assuré en 2009 la formation des cadres pour les moniteurs «Sport des adultes», la FSG propose depuis cette année des premiers cours de base. Ceux-ci durent six jours et permettent à toute personne désireuse de transmettre son savoir et son expérience sportive d'obtenir la reconnaissance de moniteur «Sport des adultes». Des cours passerelles, d'une durée de deux jours, sont organisés à l'intention des candidats qui ont déjà suivi une formation J+S ou FSG. Jusqu'ici, 52 membres de la FSG ont suivi la formation de moniteurs «Sport des adultes».

La Fédération suisse de gymnastique distingue quatre groupes cibles: «20-35 ans», «35-55 ans», «55-90 ans» et «walking/nordic walking». Avec ce dernier groupe, la FSG témoigne de sa volonté

d'intégrer aussi dans son programme de formation des cours axés sur une pratique sportive spécifique. Elle entend d'ailleurs développer cette offre. Le cours destiné au groupe cible des 20-35 ans, par contre, n'a pas encore trouvé preneur. Le chef de la formation interne, Olivier Bur, avance une première explication: «Comme les clubs comptent souvent des 16 à 20 ans parmi leurs actifs, les moniteurs qui suivent des cours empruntent plutôt la filière J+S.» Autre explication: il est toujours plus difficile d'introduire une nouveauté – et le cours «20-35 ans» en est une – que de pérenniser un acquis. Il faudra du temps pour que cette nouveauté parvienne à s'imposer.

## Des catégories d'âge perméables

Dans le Sport des adultes Suisse, on part du principe que tous les moniteurs doivent posséder les mêmes connaissances de base. Le programme de formation de la FSG, qui s'appuie sur le modèle des trois concepts clés – concept andragogique (qui?), concept de motricité sportive (quoi?) et concept méthodologique (comment?) –, a été conçu de manière à répondre aux besoins spécifiques des différentes sociétés de la FSG.

Les groupes cibles étant eux-mêmes hétérogènes, les moniteurs devraient connaître les besoins des différentes personnalités qui les composent. Dans le volet polysportif de la FSG, la palette des besoins est très grande. Les différences d'âge et de niveau constituent un enjeu supplémentaire pour les moniteurs. Il n'est pas rare en effet de voir des gymnastes s'entraîner avec la section de gymnastique des hommes alors qu'ils auraient l'âge d'évoluer avec les seniors. Il appartient à chaque club de clarifier les besoins de ses membres, compte tenu de la phase de vie dans laquelle ils se trouvent, de leur environnement social, de leurs habitudes et de leur parcours sportifs. Quant au moniteur, il doit chercher à contenter tout le monde, du plus jeune au plus âgé, du plus faible au plus fort. ■

Alexandra Vetsch

[www.stv-fsg.ch](http://www.stv-fsg.ch)

## 400 000 membres, 16 disciplines

La Fédération suisse de gymnastique est affiliée à Swiss Olympic. Elle compte 400 000 membres, ce qui fait d'elle la plus grande fédération sportive du pays. Elle s'engage depuis presque 180 ans en faveur de la santé de la population et chapeaute 16 disciplines sportives: aérobic, gymnastique acrobatique, balle au poing, fitness, gymnastique et danse, gymnastique aux agrès, indiana, gymnastique artistique, balle à la corbeille, athlétisme, jeux nationaux, rhönrad, gymnastique rythmique, gymnastique au trampoline, gymnastique (polysport) et volleyball. Son programme de formation comprend notamment un cours de moniteurs «Sport des adultes», axé sur le transfert de connaissances interdisciplinaires et spécifiques selon les directives esa. La FSG comprend depuis longtemps une section «Sport des adultes». Cette dernière est intégrée dans son unité «Formation» et n'a aucun lien avec le programme «Sport des adultes Suisse» patronné par la Confédération.

# Plus de 600 offres

L'Ecole-club Migros est la plus grande institution de formation continue de Suisse. Un demi-million de personnes suivent chaque année un cours ou une formation dans l'un de ses 52 sites. Plus de 600 offres différentes sont proposées. Depuis 2007, en plus d'un large choix dans le domaine des loisirs, l'Ecole-club Migros se profile aussi en tant que partenaire de formation dans le secteur professionnel.

L'histoire à succès des formations spécialisées Wellness & Fitness a débuté en 1996 avec la formation novatrice «WellnessTrainer». Depuis, l'offre de formation continue s'est étoffée. L'Ecole-club Business propose à ses clients différentes possibilités dans les domaines des loisirs et professionnel. Là, des personnes partageant les mêmes intérêts et une grande motivation s'y rencontrent. Se confronter à soi et aux autres, échanger des connaissances et vivre des expériences d'apprentissage positives permettent à tous les participants de franchir un pas supplémentaire en direction du succès personnel.

## Avec des partenaires professionnels

La Haute école de Lucerne, l'Office fédéral du sport OFSPO et Ryffel Running sont des institutions reconnues sur le marché de la formation suisse. En collaborant avec elles, l'Ecole-club Business garantit une qualité élevée des formations spécialisées. Celles-ci sont d'ailleurs certifiées par «qualitop», l'Association pour l'assurance qualité des offres d'activités physiques ayant un impact positif sur la santé.

## Un employeur attractif

Les formations Wellness & Fitness permettent aux diplômés d'exercer une activité dans les domaines du mouvement, de la relaxation et de l'alimentation hors et dans les structures de Migros. Les fitnessparcs Migros et l'Ecole-club Migros figurent parmi les employeurs les plus appréciés dans la branche du fitness; ils proposent des places d'apprentissage et des emplois pour différentes formations spécialisées. Cette combinaison fait de l'Ecole-club Business un partenaire de formation attractif et fiable, qui accompagne également ses moniteurs après leur formation.

## Moniteur esa en prime

La reconnaissance «moniteur Sport des adultes Suisse esa» est délivrée en sus au terme des formations «WellnessTrainer» et «VitalTrainer», toutes deux d'une durée de deux ans. Celles-ci sont parfaitement adaptées aux besoins du mar-

ché. Les diplômés sont des personnes compétentes dans tous les domaines du sport des adultes. Les «WellnessTrainer» conseillent, accompagnent et encadrent des personnes en bonne santé, que ce soit en groupes ou dans le cadre de coachings individuels. Ils établissent pour leurs clientes et clients des concepts de santé globaux conçus sur mesure pour répondre à leurs besoins, et ils en déduisent des programmes de fitness et de wellness ciblés. Près de 2700 personnes ont suivi cette formation depuis son introduction en 1996. Les «VitalTrainer», eux, aident les seniors à organiser leur vie quotidienne de façon à améliorer leur santé. Ils dispensent des programmes de cours d'accès facile, que ce soit en groupes ou avec des particuliers, et ils offrent ainsi à leur clientèle davantage de qualité de vie et d'autonomie. Cette formation est dispensée depuis 2007 par l'Ecole-club Business et le nombre de ses participants a doublé en trois ans.

## Perfectionnements ciblés

Depuis juillet 2010, l'Ecole-club Business propose une large offre de formation continue dans les domaines du mouvement, du bien-être et de la nutrition, mais également pour toutes les personnes qui souhaitent se perfectionner. Elle peut compter sur le soutien de partenaires réputés afin de développer de nouvelles offres. Cette collaboration assure des contenus actuels et de qualité. De plus amples détails concernant les nombreuses offres de formation professionnelle et continue sont disponibles sur le site Internet de l'Ecole-club Business. ■

*Ariane Denogent-Gautschi*

[www.ecole-club.ch/business](http://www.ecole-club.ch/business)

## A des conditions équitables

Mouvement, bien-être et danse: l'Ecole-club Migros offre une large palette de cours avantageux et créatifs pour adultes sur une cinquantaine de sites.

**Mouvement:** Diverses offres sont proposées dans tous les centres Ecole-club: aérobic, pilates, bodytoning, aquafitness et tennis, mais également antara, zumba, etc.

**Bien-être:** Yoga, training autogène, qi gong: ces cours, également fréquentés par des managers, offre un équilibre bienvenu au quotidien professionnel.

**Danse:** Du ballet classique à la danse orientale, en passant par le hip hop ou le flamenco, l'Ecole-club Migros propose une offre variée de danse individuelle ou en groupe. Tous les styles de danse en couple peuvent être appris: disco swing, danse de mariage, tango, salsa, etc. Qui n'a pas de cavalier peut même trouver son bonheur dans la bourse aux partenaires de danse de l'Ecole-club!

[www.ecole-club.ch](http://www.ecole-club.ch)

# Un programme complet

En appliquant les directives du programme Sport des adultes Suisse à ses formations de running, Swiss Athletics fait coup double: non seulement elle assure aux moniteurs une instruction de qualité au plus haut niveau, mais elle leur offre aussi des cours de formation et de perfectionnement complets.

La Fédération suisse d'athlétisme chapeaute deux disciplines: l'athlétisme et le running. A son siège, à Ittigen, près de Berne, une vingtaine de collaboratrices et de collaborateurs se consacrent à des domaines aussi divers que la promotion de la relève, le sport pour tous, le sport de compétition et l'administration. Le running fait par nature partie intégrante du domaine de compétences de Swiss Athletics, qui s'engage pour la pratique de ce sport sous toutes ses formes: en tant que sport-santé, sport pour tous ou sport de compétition. Depuis 2005, les moniteurs de running des deux premiers domaines étaient formés dans le cadre du projet «Allez Hop». A présent, cette formation s'inscrit dans le programme «Sport des adultes Suisse esa», avec un changement d'accent: axée principalement sur la santé auparavant, elle s'adresse maintenant à un public plus large. La fédération voit cette évolution d'un bon œil car la pratique du running en tant que sport-santé n'est qu'une orientation secondaire de ce sport.

## Croisements d'expériences

Swiss Athletics compte quelque 500 sociétés affiliées, dont un grand nombre de clubs organisant des activités de course à pied et

toujours plus de «treffs» de course ayant peu de rapports avec la course sur piste. A ces clubs et «treffs», la Fédération suisse d'athlétisme propose un programme de formation et de perfectionnement complet sous l'égide esa. Ces offres s'adressent aussi aux moniteurs d'organisations tierces et aux moniteurs indépendants. En d'autres termes, elles sont accessibles à tous les moniteurs encadrant des groupes de course à pied et accordant de l'importance à des prestations de qualité.

Le programme esa n'en est qu'à sa première année d'existence mais, déjà, Swiss Athletics propose une formation complète de moniteur de running avec module clé et module spécifique. En outre, quelque 150 moniteurs et monitrices formés antérieurement sont actuellement intégrés au système esa par le biais de cours passerelles – cours qui seront proposés à nouveau en 2011. Enfin, aux moniteurs et monitrices de running esa, Swiss Athletics proposera divers cours de perfectionnement à partir de l'automne 2010. Le premier se déroulera le 31 octobre à Ittigen, sous la forme d'un atelier sur le thème des «treffs». L'annonce figure sur le site de Swiss Athletics, dans le programme des cours.

## Un besoin avéré

Swiss Athletics voit dans le sport des adultes une chance d'améliorer la qualité des entraînements de running et de contribuer ainsi à une pratique à la fois durable et saine de ce sport. La demande de formations enregistrée durant la première année d'existence d'esa révèle le besoin de moniteurs bien formés. Beaucoup d'amateurs de running, en effet, recourent aux conseils de moniteurs et rejoignent des groupes d'entraînement dirigés avec compétence. La Fédération suisse d'athlétisme désire vivement proposer aux moniteurs une formation et un perfectionnement à la hauteur des attentes des pratiquants. ■

Bruno Kunz

[www.swissathletics.ch](http://www.swissathletics.ch)

## Alliés en faveur de la santé

Chez Swiss Athletics, le sport des adultes relève du département «Sport pour tous et formation». Le chef de ce département, Bruno Kunz, est lui-même responsable du sport des adultes et dirige des cours de running. Les cadres chargés de la formation esa sont Monika Vifian (Rothrist), Beat Fäh (Coire), Roland Giger (Olten), Thomas Hürzeler (Därliigen), Ruedi Oegerli (Wangen), Günther Antesberger (Thalwil) et Etienne Languetin (Blonay). Au sein de l'administration des cours, l'équipe formatrice bénéficie du soutien de Chiara Pfeiffer, du département «Sport pour tous et formation».

Enfin, Swiss Athletics coordonne ses activités de sport des adultes avec des partenaires de l'Alliance Suisse sport santé – par exemple Ryffel Running, qui propose des cours de nordic walking et d'aqua-fit, ou Allez Hop Romandie, pour différents cours en français.

[www.swissathletics.ch](http://www.swissathletics.ch) > Running > Alliance sport santé

**Allez Hop Romandie.** Ce programme s'inscrit dans la continuation de la campagne nationale Allez Hop. Des cours d'aqua-fit, (nordic) walking, fit-gym et running y sont proposés.  
[www.allezhop-romandie.ch](http://www.allezhop-romandie.ch)

**Allez Hop Ticino – SC Marketing Consult.** Le projet Allez Hop se poursuit également au Tessin. Il se soucie d'offrir une formation de qualité aux moniteurs.  
[www.allezhop.ch](http://www.allezhop.ch)

**Aquademie pour le fitness aquatique.** Partenaire pour la formation et le perfectionnement des moniteurs en fitness aquatique  
[www.aquademie.ch](http://www.aquademie.ch)

**Berufsverband für Gymnastik und Bewegung Schweiz BGB.** Assure la formation des moniteurs de gymnastique, de mouvement et de danse.  
[www.bgb-schweiz.ch](http://www.bgb-schweiz.ch)

**EPF Zurich, Institut des sciences du mouvement et du sport.** L'EPFZ offre une formation dans les domaines du mouvement, de la théorie de l'entraînement, de la biomécanique et de la physiologie du sport. A la clé, l'obtention d'un bachelor ou d'un master.  
[www.ibws.ethz.ch](http://www.ibws.ethz.ch)

**Gymnastik Diplom Schule Basel, GDS IfB.** Propose une formation de trois ans menant au diplôme en pédagogie du mouvement, ainsi que divers cours de formation continue.  
[www.gds-ifb.ch](http://www.gds-ifb.ch)

**Office de coordination des Ecoles-clubs de la Fédération des coopératives Migros.** L'Ecole-club Migros est la plus grande institution de formation de base et de formation continue de Suisse. Elle propose notamment de nombreux cours dans le domaine du mouvement.  
[www.ecole-club.ch](http://www.ecole-club.ch)

**Fédération suisse des amis de la nature.** Intéressé par les excursions à ski, l'escalade et la randonnée? La Fédération suisse des amis de la nature offre des cours de formation et de perfectionnement.  
[www.naturfreunde.ch](http://www.naturfreunde.ch)

**Plusport.** En tant qu'organisation faîtière du sport-handicap suisse, Plusport fournit aux personnes ayant des capacités particulières un large éventail d'installations sportives attrayantes.  
[www.plusport.ch](http://www.plusport.ch)

**Pro Senectute Suisse.** Pro Senectute propose une vaste palette d'activités adaptées aux besoins des seniors, dirigées par des moniteurs spécialement formés.  
[www.pro-senectute.ch](http://www.pro-senectute.ch)

**Association suisse des paraplégiques, Sport suisse en fauteuil roulant.** Le rôle du Sport suisse en fauteuil roulant est de promouvoir le sport de masse, le sport dans les clubs en fauteuil roulant et les compétitions sportives.  
[www.spv.ch](http://www.spv.ch)

**Ryffel Running Event GmbH.** Spécialiste et partenaire d'entraînement pour la course à pied, la marche, le triathlon, XCO et l'aqua-fit.  
[www.ryffel.ch](http://www.ryffel.ch)

**Satus Schweiz.** Association au service du sport de masse et des activités de loisirs saines.  
[www.satus.ch](http://www.satus.ch)

**Club Alpin Suisse CAS.** Le CAS s'engage en faveur d'une pratique responsable des sports de montagne et offre des cours de formation dans les sports alpins.  
[www.sac-cas.ch](http://www.sac-cas.ch)

**Fédération suisse de karaté FSK.** La FSK organise des formations à divers niveaux dans le sport des adultes.  
[www.karate.ch](http://www.karate.ch)

**Fédération suisse de natation FSN.** La fédération nationale faîtière pour les activités dans l'eau propose de nombreuses offres de formation et de perfectionnement de moniteurs.  
[www.fsn.ch](http://www.fsn.ch)

**Fédération suisse de gymnastique FSG.** La FSG encourage aussi bien le sport de masse que le sport d'élite et élabore une offre adéquate dans le domaine de la santé.  
[www.stv-fsg.ch](http://www.stv-fsg.ch)

**Sport Union Schweiz.** Association nationale qui offre à ses membres des cours selon les principes d'esa.  
[www.sportunionschweiz.ch](http://www.sportunionschweiz.ch)

**SVKT Frauensportverband.** Cette fédération promeut le sport des femmes et est partenaire du sport des adultes.  
[www.frauensportverband.ch](http://www.frauensportverband.ch)

**swimsports.ch.** L'Interassociation des fédérations et institutions suisses intéressées par les sports aquatiques assure des formations de moniteur.  
[www.swimsports.ch](http://www.swimsports.ch)

**Swiss Academy of Fitness and Sports S.A.F.S AG.** Cet institut pour les loisirs et le fitness offre divers cours de formation de moniteurs.  
[www.safs.com](http://www.safs.com)

**Swiss Athletics.** La fédération faîtière de l'athlétisme en Suisse est en charge de la formation des moniteurs de sport des adultes dans le domaine du running.  
[www.swiss-athletics.ch](http://www.swiss-athletics.ch)

**Swiss Nordic Fitness Organisation SNO.** La fédération SNO propose des cours de formation d'instructeur de base en nordic walking.  
[www.swissnordicfitness.info](http://www.swissnordicfitness.info)

**Swiss Orienteering.** La Fédération suisse de course d'orientation s'occupe de tous les sports d'orientation en Suisse et offre divers cours de formation.  
[www.solv.ch](http://www.solv.ch)

**Swiss Tennis.** La Fédération suisse de tennis s'assure, entre autres, de proposer des cours de formation de qualité.  
[www.swisstennis.ch](http://www.swisstennis.ch)

**swissfit.** En tant qu'organisation faîtière, swissfit est responsable de la qualité dans les domaines des sports d'endurance, du wellness et de la santé.  
[www.swissfit.org](http://www.swissfit.org)

**Swiss-Ski.** La Fédération suisse de ski propose des formations pour tous les niveaux et pour les huit disciplines placées sous son égide.  
[www.swiss-ski.ch](http://www.swiss-ski.ch)

**vitaswiss Verband.** L'association vitaswiss œuvre en faveur d'une prise de conscience de la santé par la population et organise divers ateliers et formations dans le domaine de la santé.  
[www.vitaswiss.ch](http://www.vitaswiss.ch)

**Verein schweizerischer Experten Erwachsenensport VSEES.** De nombreux cours sont proposés dans tous les domaines des compétences motrices du sport des adultes.  
[www.vsees.ch](http://www.vsees.ch)

**Swiss Wushu Federation.** L'organisation faîtière de tous les arts martiaux d'origine chinoise propose divers cours de formation.  
[www.swisswushu.ch](http://www.swisswushu.ch)