

Enseignez la méthode Pilates à un public de niveau débutant !

Acquérir les connaissances et compétences nécessaires pour enseigner la méthode Pilates en clubs de remise en forme, studios et associations.

PROGRAMME DE LA *formation*

4 jours de formation en présentiel dont une **épreuve qualifiante** : animation et analyse de séance.

CONTENU DE LA *formation*

- Connaître l'histoire et les principes de la méthode Pilates
- Maîtriser la technique des 16 mouvements de base
- Concevoir une séance
- Animer et encadrer un séance
- Concevoir un cycle de séance

✓ CONDITION D'ACCÈS & PRÉREQUIS

- Être âgé de 18 ans
- Être titulaire d'un diplôme permettant l'encadrement des techniques douces : CQP ALS option AGEE, BPJEPS AF (ou AGFF, BEMF), Deust Métier de la Forme, Licence STAPS, CQP IF...
- Être titulaire d'une carte professionnelle en cours de validité

✓ TARIFS DE LA FORMATION

- Tarif financement personnel : **589€**
- Tarif financement aidé avec une prise en charge : **689 €**
 - + Frais de candidature : **35 € (non remboursables)**
 - **-10% de remise pour les anciens stagiaires FORMA'**



CONTACT & INSCRIPTIONS

Sandra Chaigneau

sandra.chaigneau@forma-institut.fr

06.03.11.14.00

