

Formation Pilates - Petit matériel et publics spécifiques

Financement

Formation professionnelle continue
Non conventionnée / sans dispositif

Organisme responsable et contact

PILATES & CORE
SIANO ALEXANDRA
06.66.65.97.80
info@pilates-and-core.fr

Accès à la formation

Publics visés :

Demandeur d'emploi
Jeune de moins de 26 ans
Personne handicapée
Salaré(e)
Actif(ve) non salarié(e)

Sélection :

Dossier
Entretien
Inscription directe ou par un conseiller
en insertion professionnelle

Niveau d'entrée requis :

Niveau Préqualification (Niveau 2
européen)

Conditions d'accès :

Pré-requis : professionnels du sport et de la santé déjà enseignant ou en cours de formation (BPAGFF, BPJEPS, CQP ALS, DEUST métiers de la forme, D.E. Danse, stagiaires en cours de formation, kinésithérapeutes) ? Niveau exigé : pratique régulière en Pilates depuis au moins 2 ans encadrée par un professeur de Pilates et de maîtriser les bases de l'anatomie et de la physiologie. Vous devez avoir validé le module Pilates Matwork niveau 1 ainsi que le module Pilates Matwork niveau 2 Si vous avez suivi une autre formation Pilates, ce module peut être accessible en fonction de votre profil. Si vous êtes une personne en situation de handicap, veuillez contacter Mme Siano Alexandra afin de mettre en œuvre les aménagements nécessaires pour vous accueillir dans les meilleures conditions possibles.

Prérequis pédagogiques :

L'inscription définitive à la formation ne sera définitivement validée qu'à la réception des CGV et du bulletin d'inscription dûment complétés et signés et du règlement d'acompte par virement ou par paiement en ligne correspondant à 30% TTC du montant global de la prestation. Si vous êtes une personne en situation de handicap, veuillez contacter Mme Siano Alexandra afin de mettre en œuvre les aménagements nécessaires pour vous accueillir dans les meilleures conditions possibles.

Contrat de professionnalisation possible ?

Non

Objectif de la formation

Connaître les exercices du répertoire Pilates avec le petit matériel Maîtriser la pratique du répertoire complet Pilates avec le petit matériel
Connaître les différents publics spécifiques : pathologies du dos, seniors, femmes enceintes, personnes en surpoids Savoir concevoir un cours de Pilates avec du petit matériel Savoir enseigner et adapter les exercices Pilates à différents publics

Contenu et modalités d'organisation

L'évolution du Pilates et les nouveaux accessoires Les exercices préparatoires avec petit matériel Le répertoire des exercices Pilates avec petit ballon, Swiss ball et Foam roller Les exercices de fin de séance Les différents publics spécifiques et le répertoire Pilates adapté Didactique et pédagogie de l'enseignement

Parcours de formation personnalisable ? **Oui** Type de parcours **Modularisé**
Commentaires sur la parcours personnalisable **9h30-18h sur 3 jours**

Validation(s) Visée(s)

> Attestation de fin de formation

Et après ?

Suite de parcours

Fit Kids, Pilates et Yoga pour enfants

Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
00220437	du 20/11/2021 au 19/12/2021	Jonzac (17)	PILATES & CORE		Non éligible	FPC

00234109du 28/05/2022 au
26/06/2022

JONZAC (17)

PILATES & CORENon
éligible**00277210**du 03/12/2022 au
18/12/2022

JONZAC (17)

PILATES & CORENon
éligible**00313825**du 25/03/2023 au
16/04/2023

Jonzac (17)

PILATES & CORENon
éligible**00342787**du 10/04/2023 au
12/04/2023

Jonzac (17)

PILATES & CORENon
éligible