Financement

Formation professionnelle continue
Non conventionnée / sans dispositif

Organisme responsable et contact

PILATES & CORE
Alexandra SIANO
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
Inscription directe ou par un conseiller
en insertion professionnelle

Niveau d'entrée requis :

Niveau 4 : Baccalauréat (Niveau 4
européen)

Conditions d'accès :

La formation de Fit Kids® est ouverte à tous les professionnels du sport, de la santé ainsi qu'à tous les enseignants encadrant un public enfants ou souhaitant enseigner auprès d'enfants (BPAGFF, BPJEPS, CQP ALS, DEUST métiers de la forme, D.E. Danse, stagiaires en cours de formation). Il est demandé une pratique régulière en Pilates ou en Yoga encadrée par un professeur et de maîtriser les bases de l'anatomie et de la physiologie.

Prérequis pédagogiques :

Non renseigné

Contrat de professionnalisation possible ?

Non

Objectif de la formation

Les 5 objectifs majeurs pour enseigner la méthode Fit Kids® aux enfants de 3 à 14 ans : - Connaître l'histoire du Yoga et du Pilates - Connaître le développement des enfants de 3 à 14 ans - Maîtriser la pratique des exercices de la méthode Fit Kids® (Pilates et Yoga adaptés aux enfants) - Savoir concevoir une séance Fit Kids® pour des enfants de 3 à 14 ans - Savoir enseigner et adapter les exercices de Yoga et de Pilates aux enfants

Contenu et modalités d'organisation

L'histoire du Yoga et du Pilates Le développement des enfants de 3 à 14 ans Le Pilates et le Yoga pour les enfants de 3 à 14 ans La méthode Fit Kids® : déroulement, exercices (théorie et pratique) Construction d'une séance Fit Kids® Didactique et pédagogie de l'enseignement

Parcours de formation personnalisable ? **Oui** Type de parcours **Non renseigné**
Commentaires sur la parcours personnalisable **3 jours en visio, 8 heures/jour 9h30-18h30.**

Validation(s) Visée(s)

> Attestation de fin de formation

Et après ?

Suite de parcours

Formation Pilates matwork niveau 1 , 2, 3, petit matériel et publics spécifiques

Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
00414096	du 18/05/2024 au 20/05/2024	Jonzac (17)	PILATES & CORE		Non éligible	FPC
00462629	du 19/10/2024 au 21/10/2024	Jonzac (17)	PILATES & CORE		Non éligible	FPC
00510660	du 07/06/2025 au 09/06/2025	Jonzac (17)	PILATES & CORE		Non éligible	FPC
00554744	du 22/11/2025 au 24/11/2025	Jonzac (17)	PILATES & CORE		Non éligible	FPC