



total freestyle

WORKSHOP PILATES

DURÉE :
1 jours - 3 heures

TARIF :
85 € TTC

FORMATEUR :
Kasia Frejlich-Morisseau

PUBLIC CONCERNÉ

Homme / Femme professionnel de la remise en forme

PRÉ-REQUIS

- Titulaire d'un BP JEPS AF mention A et/ou B ou équivalent
- Les entraîneurs et animateurs sportifs affiliés à une Fédération
- Les professionnels de la santé (kinésithérapeutes, sages-femmes ou autres)
- En cas de handicap léger ou lourd, nous contacter pour évaluer la faisabilité de la formation

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comment communiquer efficacement avec nos mains auprès de nos clients pour les aider à évoluer dans leur pratique du Pilates ?
- Des techniques tactiles et pratiques de repérage appropriées pour assurer la sécurité ainsi que pour échanger avec vos clients afin de mieux choisir votre signal.

PROGRAMME

- Attentes et objectifs de chaque participant
- Master Class
- Atelier spécifique
- Mise en pratique
- Evaluation certificative écrite et théorique à la fin de la formation

MOYENS

Pédagogiques

Des moyens pédagogiques et techniques variés mis en oeuvre pour chacun des participants (manuel de formation, matériel informatique etc.).

Nos formateurs sont des professionnels spécialistes de la formation, reconnus pour leur savoir et leur pédagogie.

D'exécution

Alternance d'exercices pratiques et théoriques en présentiel

Suivi de l'exécution de l'action

- Fiche d'émargement au début de chaque demi-journée
- Attestation de présence

Évaluation et certification

- Validation de ce module par la réussite d'un test écrit et d'une mise en situation d'enseignement
- Remise d'un certificat de réussite en fin de formation



total freestyle

WORKSHOP PILATES

DURÉE :
1 jours - 3 heures

FORMATEUR :
Kasia Frejlich-Morisseau

NIVEAU DE CONNAISSANCES PRÉALABLE REQUIS
BP AF ou équivalent

JOUR 1

Accueil des participants et présentation de la formation

13h00 - Accueil, et mise en place

13h10 - Master Class Pilates

14h10 - Ateliers spécifiques

15h00 - Mise en situation + Feedback

16h00 - Fin de la journée de formation

