

Formation professionnelle pour pratiquant voulant devenir Animateur

PILATES POUR TOUS



- **Tarifs :** 1000 € Animateur SPT / 1800 € hors réseau et cadre financement FPC
- **Contact, devis, inscription :**
karine.deschamps@sportspourtous.org
06 45 97 58 61

Comité Régional Sports pour tous en Aquitaine

Maison Régionale des Sports - 2 Avenue de l'Université -
33400 Talence - Tel : 05 57 70 50 56

Code APE : 9319 Z- SIRET : 44288531500030

cr.nouvelleaquitaine@sportspourtous.org - www.sportspourtous.org

OBJECTIFS/CONTENU DE LA FORMATION

Maîtriser les 25 mouvements de la méthode Pilates niveau 1 et 2 pour préparer et animer des séances

- Niveau 1 : Pilates débutant
 - Révision anatomie et physiologie
 - 16 mouvements de base
 - Historique et principes fondamentaux
 - Enseignement des bases de la méthode Pilates
 - Evaluation niveau 1
- Pilates adapté femmes enceintes et séniors
- Niveau 2 : Pilates intermédiaire
 - 9 mouvements niveau intermédiaire
 - Pilates intermédiaire avec petit matériel
 - Evaluation niveau 2 - certification

2 Formations à Poitiers et Bayonne :

- **Lieu :** Poitiers
- **Dates :** 27, 28 octobre - 17, 18 novembre - 8, 9 décembre 2018 - 26, 27 janvier - 2, 3 mars 2019
- **Inscriptions :** avant le 5 octobre 2018
- **Intervenant :** Elisabeth STOECKLIN, Formatrice Pilates, diplômée BE Métiers de la Forme, Master 1 STAPS

- **Lieu :** Bayonne
- **Dates :** 4, 5 mai - 15, 16 juin - 21, 22 septembre - 19, 20 octobre - 16, 17 novembre 2019
- **Inscriptions :** avant le 1^{er} avril 2019
- **Intervenant :** Laure FILLOUCAT, Instructeur et Formateur Pilates, diplômée Master 2 STAPS, DU Nutrition appliquée aux Activités Physiques et Sportives