


PILATES RS

FORMATION CERTIFIANTE

MAJ le 21/10/2024

 Inscription avant le 09 Avril 2025

 Formation : du 21 au 25 avril 2025 et
du 23 au 27 juin 2025

Le Pilates est une méthode moderne de **pratique physique et mentale** qui comprend plus de 500 exercices au sol ou sur des appareils spécifiques.

La certification "**Animer des séances de Pilates**" permet d'attester des compétences et connaissances acquises par toute personne souhaitant **enseigner la méthode Pilates** et proposer des cours adaptés à des profils divers.

Conditions d'accès

- ✓ Avoir 18 ans minimum
- ✓ Avoir une certification professionnelle figurant à l'annexe II-1 du code du sport permettant l'encadrement des séances d'activités de forme ou d'entretien

Référent formation :
Christophe RODIER

c.rodier@adps-formation.com



Lieu de formation : ADPS Formation
84 boulevard Leon Jouhaux 63100 Clermont-Ferrand

PILATES RS

- PILATES MATWORK 1 : Découvrez de nouvelles compétences professionnelles avec le Pilates.
- PILATES MATWORK 2 : Développez vos connaissances en Pilates et explorez le niveau avancé dans ce domaine.
- PILATES MATWORK 3 : Elargissez vos connaissances en Pilates et explorez le niveau avancé dans ce domaine.
- PILATES PETIT MATÉRIEL : Diversifiez vos compétences en Pilates en utilisant du petit matériel.



Conditions Financières



➔ Frais pédagogiques : 2 015 € (31€/h x 65h)

Financements



➔ Formation professionnelle continue via OPCO

➔ Financement France Travail

➔ Financement personnel

➔ CPF

➔ Autres : nous contacter



ADPS Formation