

PILATES RS

Formation certifiante

MAJ le 03/05/2024

21

Octobre

2024

Le Pilates



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.

Dates clés



- 📅 Inscription : 07 octobre 2024
- 👤 Formation : du 21 au 25 octobre 2024 et du 24 au 28 février 2025

OU

- 📅 Inscription : 09 avril 2025
- 👤 Formation : du 21 au 25 avril 2025 et du 23 au 27 juin 2025

Le contenu



- ➔ **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.

Public ciblé



- ➔ Éducateurs sportifs diplômés
- ➔ Personal trainer
- ➔ BPJEPS APT, AF ou diplôme équivalent

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

PILATES RS

Formation certifiante

21

Octobre

2024

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

➔➔ **Formatrice Pilates : Nathalie CORDEIRO**

Contact



contact@adps-formation.com



04.51.11.00.26



ADPS Formation


ADPS
formation aux métiers du sport



Certificateur

TF formation
une nouvelle ère pour développer votre passion