

ANIMER DES SÉANCES DE PILATES

Formation certifiante reconnue par l'Etat

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.

Fiche certificat RS6191

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

Vous travaillez dans le secteur médical ou dans le domaine de la danse ? Contactez-nous pour vérifier ensemble que vous correspondez aux pré-requis de la formation.





PILATES NIVEAU 1:

- Les principes de base du Pilates.
- Les postures fondamentales.
- Nouveau concept et encadrement d'une séance de Pilates.

PILATES NIVEAU 2:

- Mise en situation professionnelle d'une séance de Pilates.
- · Les postures intermédiaires.

PILATES NIVEAU 3:

L'utilisation du petit matériel en Pilates.

PILATES NIVEAU 4:

- Approfondissement des connaissances en Pilates.
- Les postures avancées.
- · Communiquer sur l'activité Pilates.

Possibilité de financements 🗐

Conditions financières



- Formation professionnelle continue (OPCO)
- Frais pédagogiques : 2015 € (31€/h x 65h)

Financement France Travail

Financement personnel





Autres : nous contacter

Votre formatrice

Aude RIGAUDIAS



Certificateur



