

FORMATION PILATES ENFANTS

WWW.LEADERFIT-FORMATION.COM

DURÉE

2 jours / 14 heures

FORMATEURS

Pierre Michel

POUR QUI ?

- Les éducateurs sportifs ayant un brevet d'État d'Éducateur Sportif ou un Brevet Professionnel Activité Gym-Force-Forme.
- Les entraîneurs et animateurs sportifs affiliés à une Fédération.
- Les personal Trainers ou coachs.
- Les professionnels de la santé (kinésithérapeutes, sages femmes ou autres).
- Les professeurs de danse de Pilates, de fitness et/ou d'éducation physique.

PRÉREQUIS

- Avoir validé le module de base ou équivalents.
- Avoir la certification Matwork.
- Pour les diplômés d'État en éducation physique, sportive ou kinésithérapie, le module de base est facultatif.

OBJECTIFS

- Connaître les principes fondamentaux de la psychomotricité.
- Connaître les principes fondamentaux de la méthode Pilates enfant.
- Savoir enseigner les principes de la méthode Pilates, adaptés à l'enfant.
- Savoir enseigner les bons placements du corps
- Être capable de connaître les 20 mouvements fondamentaux du Pilates enfant et savoir les nommer.
- Apprendre les différentes options évolutives des différents mouvements + adaptations.
- Pouvoir définir les objectifs de chaque mouvement.
- Savoir enseigner chaque option de chaque mouvement.
- Savoir reconnaître un défaut et le corriger.
- Savoir donner des visualisations adaptées au bon moment.

Articles D.6321-1, D.6321-3 et L.6353-1 du Code du Travail - Titre ou intitulé de l'action : Formation Pilates enfants

INFOS & INSCRIPTIONS

SAS LEADERFIT'

+33 (0)2 47 52 66 01 - contact@leaderfit.com

9, rue du Général Mocquery - 37550 Saint Avertin

Organisme de formation continue

RCS TOURS 423 277 565 - SIRET 423 277 565 00069 - NAF 8559A

VITALYS SARL

Luxembourg : +352 621 24 99 48

Belgique : +32 0494 61 81 04

belux@groupe-leaderfit.com

20 rue du commerce L-3450 DUDELANGE

Grand Duché du Luxembourg

TVA LU 18538688 TVA BE 0823263348 - 116437/A - 116437/B

FORMATION PILATES ENFANTS

WWW.LEADERFIT-FORMATION.COM

DURÉE

2 jours / 14 heures

FORMATEURS

Pierre Michel

PROGRAMME

- Objectifs du Pilates chez l'enfant.
- Enfants concernés par la méthode Pilates.
- Principes fondamentaux de la psychomotricité.
- Mise en situation : exercices psychomoteurs.
- Règles élémentaires d'un cours de Pilates chez l'enfant.
- Mise en situation : échauffement des enfants.
- Apprentissage de chaque mouvement (20, des différentes options, des objectifs, des points d'attention, des visualisations, des muscles moteurs et stabilisateurs.
- Problèmes rencontrés chez les enfants : apprentissage des exercices de correction.
- Mise en situation avec la leçon adressé aux enfants de 6 ans ayant de bonnes connaissances en Pilates et une leçon (sous forme d'ateliers) pour les enfants de 6 ans en apprentissage.

MOYENS ET MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Des moyens pédagogiques et techniques variés mis en œuvre pour chacun des participants. (salle de formation, manuel de formation, matériel informatique etc.)
- Alternance d'exercices pratiques et théoriques en présentiel.
- Nos formateurs sont des professionnels spécialistes de la formation.
- Validation de ce module par la réussite d'un QCM pour obtenir l'attestation de formation.

Articles D.6321-1, D.6321-3 et L.6353-1 du Code du Travail - Titre ou intitulé de l'action : Formation Pilates enfants

INFOS & INSCRIPTIONS

SAS LEADERFIT'

+33 (0)2 47 52 66 01 - contact@leaderfit.com

9, rue du Général Mocquery - 37550 Saint Avertin

Organisme de formation continue

RCS TOURS 423 277 565 - SIRET 423 277 565 00069 - NAF 8559A

VITALYS SARL

Luxembourg : +352 621 24 99 48

Belgique : +32 0494 61 81 04

belux@groupe-leaderfit.com

20 rue du commerce L-3450 DUDELANGE

Grand Duché du Luxembourg

TVA LU 18538688 TVA BE 0823263348 - 116437/A - 116437/B