



## FORMATION ROSE PILATES

**WWW.LEADERFIT-FORMATION.COM**

**DURÉE**

2 jours / 14 heures

**FORMATEURS**

Martine Rainteau  
Jocelyne Rolland.

### 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 coaches.
- 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 I.  
Pour les diplômés d'État en éducation physique, sportive ou kinésithérapie, le module de base est facultatif.

### OBJECTIFS

- Faire découvrir le contexte du cancer du sein et son traitement.
- Faire découvrir les bienfaits de la méthode Pilates dans ce contexte du cancer du sein.
- Appréhender la méthode Pilates par objectifs.
- Apprendre à réaliser un échauffement et un retour au calme adapté aux défis dus au cancer et à ses traitements.
- Être capable d'animer une séance de rose Pilates avec des mots choisis et en progression adaptée à la période du parcours.
- Faire découvrir les contre-indications, les délais et les difficultés propre à chaque femme et à chaque parcours.
- Être capable de réaliser un bilan pour adapter les exercices et leurs options et d'apprendre à faire réaliser une auto-évaluation.

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

### INFOS & INSCRIPTIONS

**SAS LEADERFIT'**

+33 (0)2 47 52 66 01 - [contact@leaderfit.com](mailto: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](mailto: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 ROSE PILATES

**WWW.LEADERFIT-FORMATION.COM**

**DURÉE**

2 jours / 14 heures

**FORMATEURS**

Martine Rainteau  
Jocelyne Rolland.

### PROGRAMME

- Comprendre le contexte du cancer du sein, la chirurgie, la reconstruction pour organiser le Rose Pilates.
- Les revendications du Pilates pendant le parcours de la femme opérée d'un cancer du sein.
- Les principes du Pilates transposés au Rose Pilates.
- Le bilan d'avant Pilates transposés au Rose Pilates, l'auto-évaluation, les précautions en rapport avec la chirurgie et son contexte (les délais, les difficultés, les contre-indications.)
- Le langage recommandé.
- La progression et les objectifs.
- La liste des éducatifs et ses objectifs.
- La modalité d'organisation des séances.
- Questionnaire de validation des connaissances du cancer du sein.

### 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 Rose Pilates

### INFOS & INSCRIPTIONS

**SAS LEADERFIT'**

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