LEADERFIT'

FORMATION RELAXATION III

FICHE PÉDAGOGIQUE LEADERFIT'

WWW.LEADERFIT-FORMATION.COM	**DURÉE** 2 jours / 14 heures	**FORMATEURS** Marie Arnoux

POUR QUI ?

- Les passionnés désireux d'aller plus loin dans leur pratique.
- Les éducateurs sportifs ou animateurs sportifs souhaitant approfondir leurs connaissances de la relaxation pour enrichir leurs cours.
- Les personnal trainers ou coachs.

PRÉREQUIS

Pour participer à ce module, vous devez avoir suivi la formation relaxation niveau 1 et la formation relaxation niveau2.

OBJECTIFS

- Se perfectionner dans l'utilisation de méthodes expérimentées au niveau I et II.
- Savoir restituer les méthodes de relaxation en relation avec les différents publics (seniors, femmes enceintes, enfants, adolescents, sportifs, personnes à mobilité réduite.)

PROGRAMME

- Révision des méthodes apprises au niveau I et II.
- Apprentissage des différents publics et des méthodes de relaxation appropriées.
- Les enfants, les adolescents.
- Les femmes enceintes.
- Les seniors.
- Les sportifs.
- Les personnes à mobilité réduite.
- Examen final pratique et théorique.

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

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 RELAXATION III

FICHE PÉDAGOGIQUE LEADERFIT'

WWW.LEADERFIT-FORMATION.COM	**DURÉE** 2 jours / 14 heures	**FORMATEURS** Marie Arnoux

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 Relaxation 3

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