Programme de formation

839 € TTC*

*Tous nos tarifs sont indiqués sur une base d'autoroute financement

Matwork Expert

Objectif général:
Former des enseignants capables d'encadrer des séances de Pilates Matwork de niveau confirmer, en cours collectif et en individuel.

Durée de la formation:

32 heures en présentiel soit 2 week-ends (samedi après-midi et dimanche)

Objectifs opérationnels et compétences visées

- Être capable d'enseigner les exercices Matwork 3
- Être capable de construire une séance collective & privé progressive et sécurisée
- Être capable de choisir et utiliser le petit matériel adapté à la situation pédagogique
- Être capable d'adapter la méthodologie Pilates a tout public

Public visé

- Professionnels de l'activité physique, éducateurs sportifs, professeurs de danse
- Professionnels de santé Kinésithérapeutes
- Personnes en reconversion (ayant suivi un module de mise à niveau)
- Personnes en situation d'handicap nous contacter

Prérequis

- Avoir validé la formation Matwork Studio
- Entretien de positionnement possible en fonction de la situation
- Certificat de non contre-indication à la pratique du Pilates

Programme de formation

Matwork Expert

Contenu de formation

Module 1 - Répertoire Matwork niveau 3 - 16 heures

- Les exercices du répertoire niveau 3
- Challengez vos pratiquant avec la respiration
- Mise en situation pédagogique
- Bilan initial & analyse de la posture en One-to-One

Module 2 - One-to-One - 16 heures

- L'arbre décisionnel appliqué au One-to-One
- Périodisation des séquences pédagogiques
- Étude de cas
- Mise en situation pédagogique

Validation

Attestation de fin de formation mentionnant les compténces acquises.

Coordonnées de Gaston Pilates Académie

02.28.97.39.38

contact@gastonpilates.fr

Référente formation : Mme Brochard Linda