



Le Comité Régional vous propose d'approfondir le contenu du Pilates fondamental ou niveau 1 afin de diversifier et d'enrichir les séances d'animation

Taux de satisfaction : 1ère formation

Taux de réussite : 1ère formation



### Public :

- Pour tous les animateurs EPGV ayant une formation préalable à l'activité

### Prérequis :

- Être licencié à la FFEPGV.
- Être à jour de sa carte professionnelle d'éducateur sportif (fournir une impression datée du site EAPS).
- Avoir suivi une formation préalable à l'activité

### Accessibilité

Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à l'une de nos formations. Faites-le nous savoir : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée.

### Objectifs :

- Rechercher et approfondir ses compétences
- Elargir son champ de savoir faire



### Contenus pédagogiques :

- Réviser les 15 mouvements du Pilates Fondamental
- Reconnaître les défauts des pratiquants, les corriger et savoir proposer les options
- Intensifier ses performances physiques et sa maîtrise personnelle en Pilates
- Travail de réalisation individuelle
- Travail de mise en pratique



### Moyens techniques et pédagogiques :

- Formation centrée sur l'appropriation de savoir faire en lien avec la fonction d'animateur

Alternance d'apports de connaissances et de mise en pratique sur le terrain.

### Équipe d'encadrement :

- Directeur de Formation FFEPGV
- Intervenants expert métiers

### Modalités de validation :

- Feuilles de présence
- Feuille d'émargement
- Formulaires d'évaluation de la formation



### Modalités de certification :

- Pour y accéder :
  - Avoir suivi intégralement la formation
  - Formation non certifiante
- L'Organisme de Formation : Attestation de formation



### Points forts :

- Approfondir ses connaissances
- Optimiser ses compétences
- Enrichir son offre d'animation

### Pour aller plus loin :

Nous vous conseillons de suivre, après cette formation, la formation Pilates Intermédiaire du 30 août au 1er sept. 2024 à Ploërmel (56)

### Volume Horaire : 7 heures de formation (1 jour)

centre de formation

### Lieu de formation : CAMPUS DE DINARD

Date : SAMEDI 1ER JUILLET 2023

Effectifs min 6, max : 20 stagiaires

Date limite d'inscription : 1er juin 2023

**Frais de la formation (7h) : 280 € Frais de dossier : 20 €**

Action collective AFDAS : frais pédagogique , frais de déplacement (sur justificatif et co-voiturage fortement recommandé) et repas du midi pris en charge