



total freestyle

# FORMATION FREESTYLE CREA'

**DURÉE :**  
2 jours - 14 heures

**TARIF :**  
365 € TTC

**FORMATEUR :**  
Yamine Saoudi

## PUBLIC CONCERNÉ

Homme / Femme professionnel de la remise en forme

## PRÉ-REQUIS

- Titulaire d'un BP JEPS AF mention A et/ou B ou équivalent
- Les entraîneurs et animateurs sportifs affiliés à une Fédération
- Les professionnels de la santé (kinésithérapeutes, sages-femmes ou autres)
- En cas de handicap léger ou lourd, nous contacter pour évaluer la faisabilité de la formation

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Pouvoir créer des cours collectif de qualité.
- Connaître les méthodes pédagogiques adaptées à tous les publics
- Améliorer la technique de chaque mouvement
- Construction Chorégraphique

## PROGRAMME

- Attentes et objectifs de chaque participant.
- Historique du fitness freestyle.
- Apprentissage des méthodes pédagogiques.
- Travail de placement technique.
- Mise en pratique de l'enseignement de chaque méthode.
- Evaluation certificative, à la fin de la formation, écrite et théorique.

## MOYENS

### Pédagogiques

Des moyens pédagogiques et techniques variés mis en oeuvre pour chacun des participants (salle de formation, manuel de formation, matériel informatique etc.).

Nos formateurs sont des professionnels spécialistes de la formation, reconnus pour leur savoir et leur pédagogie.

### D'exécution

Alternance d'exercices pratiques et théoriques en présentiel.

### Suivi de l'exécution de l'action

- Fiche d'émargement au début de chaque demi-journée
- Attestation de présence

### Évaluation et certification

- Validation de ce module par la réussite d'une mise en situation d'enseignement.
- Remise d'un certificat de réussite en fin de formation



total freestyle

# FORMATION FREESTYLE CREA'

**DURÉE :**  
**14 heures**

**FORMATEUR :**  
**Yamine Saoudi**

**NIVEAU DE CONNAISSANCES PRÉALABLE REQUIS**  
**BP AF ou équivalent**

## JOUR 1

Accueil des participants et présentation des 2 jours de formation

09h30 - Accueil, et mise en place

10h00 - Fondamentaux de l'enseignement

11h00 - Fondamentaux de la musique

12h30 - Pause déjeuner

13h30 - Atelier individuel - Step/ LIA - création chorégraphie, fluidité...

18h00 - Fin de la 1ère journée de formation

## JOUR 2

09h30 - Accueil, mise en place

10h00 - La création/ Les Variations

11h00 - Passage individuel

12h30 - Pause déjeuner

13h30 - Mise en situation - Construction d'un cours

18h00 - Fin de la 2ème journée de formation

Pour valider ce module la réussite à l'examen de certification est indispensable.