

POWER FLOW YOGA

🕒 21 heures

€ 645,00 € TTC

👥 Equipe pédagogique

Public concerné

Homme / Femme professionnel de la remise en forme

Objectifs pédagogiques

- Approfondir ses connaissances du Yoga.
- Être capable de reconnaître les défauts de placement ou d'exécution des pratiquants et les corriger.
- Construction d'un cours.
- Connaître la biomécanique des mouvements Power Flow Yoga, et les différentes options de ces mouvements pour s'adapter au niveau et aux objectifs des pratiquants.

Pré-requis

Être titulaire d'un BPJEPS Activités de la Forme ou équivalent

Moyens pédagogiques

Pédagogie :

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 :

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

Évaluation et certification :

Validation de ce module par la réussite de plusieurs étapes à réaliser post formation.

Programme