

ENSEIGNER LE PILATES

🕒 63 heures

€ TTC

👥 Equipe pédagogique

Public concerné

Cette formation s'adresse aux professionnels du sport titulaires d'une certification professionnelle inscrite à l'annexe II-1 du Code du sport :

- ✓ Éducateurs sportifs titulaires d'un BPJEPS, DEJEPS, CQP, licence STAPS, etc.
- ✓ Coachs sportifs, préparateurs physiques, intervenants en structure de fitness ou associations sportives.

Professionnels du bien-être, de la santé ou de l'accompagnement corporel

- ✓ Aux masseurs kinésithérapeutes diplômés d'État
- ✓ Au sages-femme diplômé d'État, souhaitant acquérir des compétences complémentaires pour intégrer l'enseignement du Pilates dans leur activité professionnelle, que ce soit en contexte de bien-être, de remise en forme, de prévention ou de rééducation fonctionnelle.

Objectifs pédagogiques

Pré-requis

Moyens pédagogiques

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 :

Epreuve 1 :

QCM (30 min)

Évaluer la capacité du candidat à appliquer les règles d'hygiène, de sécurité et de prévention des risques dans le cadre de l'enseignement du Pilates au sein d'un ERP (Établissement Recevant du Public)

Epreuve 2 :

Épreuve pratique en présentiel comprenant :

- ✓ 15 minutes de préparation
- ✓ 20 minutes d'animation de séance
- ✓ 15 minutes d'entretien avec le jury

Programme