

PACK POSTURAL PILATES FONDAMENTAL & FIT BALL

Filières Fédérales



DATES

12/13/14 février 2024 (PF)
+ 08/09 Avril 2024 (FB)
+ 10 avril 2024 (Certif PF)



VOLUME HORAIRE

28H + 14H = 42 H



LIEU

Balma 31



Vous êtes en situation de Handicap et souhaitez suivre une de nos formations. Faites-nous le savoir, nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée.



NOMBRE DE PARTICIPANTS

de 8 à 15 personnes



ATTESTATION et CERTIFICATION FEDERALE



TARIFS ET INSCRIPTIONS

05 34 25 77 90

formation.occitanie@comite-epgv.fr



DESCRIPTION DE LA FORMATION

Venez découvrir l'association de 2 filières (Pilates fondamental et Fit Ball) pour permettre l'amélioration de l'attitude posturale dans vos séances en développant 2 méthodes différentes et complémentaires.



PUBLIC

- Titulaire du diplôme «Animateur 1er degré Adultes en salle»
- Titulaire du CQP ALS Option AGEE
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BP, STAPS, etc.) permettant l'encadrement de cette activité.



OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Renforcer les compétences techniques de l'animateur dans Pilates Fondamental et Fit 'Ball
- S'appropriier les fondamentaux et les techniques de l'activité Pilates Fondamental et Fit 'Ball
- S'appropriier les outils de 2 formations (manuel et DVD)
- Concevoir des séquences de Pilates et de Fit 'Ball dans la logique des activités



CONTENUS DE LA FORMATION

- Logique interne et technique de l'activité Pilates Fondamental et Fit 'Ball
- Répertoire de mouvements des 2 activités
- Combinaison de mouvements et démarches pédagogiques
- Créativité et expression
- Exemple de combinaison de mouvements.



PRE-REQUIS

- Être licencié à la FFEPGV
- Être titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niv1)
- Être titulaire de la formation « Culture fédérale »
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS)



DURÉE ET DEROULÉ DE LA FORMATION

28 h
Pilates
Fondamental

14 h
Fit' Ball

35h
Positionnement
et formation
en centre

Mise en situation
professionnelle en
structure : Animation de
séquences pendant au moins
3 mois pour le Pilates
Fondamental

7h
retour de mise en
situation
professionnelle et
certification en centre

ENCADREMENT

Directrice de formation FFEPGV

Emmanuelle COMPAGNON
Coordinatrice des CQP Animateur Loisirs Sportifs. Référente des activités tendance.

Formateurs FFEPGV inscrits sur la liste des habilités

Emmanuelle COMPAGNON titulaire d'une Maîtrise STAPS et d'un DE Danse. Experte dans les activités tendance.
Habilitée FFEPGV « Pilates fondamental » et « Fit Ball »

MODALITÉS DE VALIDATION

- Feuilles de présence
- Fiche d'émargement
- Formulaire d'évaluation de la formation
- Evaluation formative :
 - Mises en situation pratique
 - Animation de séquences

MODALITE DE CERTIFICATION

• Pour y accéder :

> Avoir animé des séquences de Pilates Fondamental au minimum durant 3 mois.

Avoir suivi intégralement la formation Fit' Ball.

> Formation Fit' Ball non certifiante.

• Épreuves d'évaluation :

> Épreuve d'animation d'une séquence tirée au sort

> Épreuve de démonstration technique sur la maîtrise

des postures

> Épreuve de connaissances sous forme d'un QCM.

DIPLÔMES REMIS

Attestation fédérale Tendance «Fit'ball»

Certificat Fédéral «Pilates Fondamental»

LES MOYENS TECHNIQUES ET PEDAGOGIQUES

- Alternance d'apport de connaissances et de mise en Pratique sur le terrain.
- Formation centrée sur l'appropriation de techniques en lien avec les compétences d'animateur.

LES OUTILS DE FORMATION

- Manuel de formation
- DVD explicatif pas à pas des différentes techniques.

FRAIS DE FORMATION

Frais d'Inscription : 80,00€ Offerts

Frais Pédagogiques : 1680,00€ avec prise en charge
882,00€ sans prise en charge

Frais annexes (hébergement, restauration, déplacement, ...) : à la charge du stagiaire ou du financeur suivant situation.



POINTS FORT DE LA FORMATION

Un contenu indispensable pour répondre aux demandes de bien-être et de santé au quotidien, adapté aux besoins de chacun, tant pour les pratiquants que pour les animateurs

Une formation modulaire complémentaire afin d'enrichir ses compétences d'animateur

Un contenu innovant pour répondre aux demandes des pratiquants

POUR ALLER PLUS LOIN

Nous vous conseillons de suivre Pilates Intermédiaire