

CYCLE PERFECTIONNEMENT ET SPÉCIALISATION

Filière en Salle

DÉCOUVERTE WELLNESS



La formation propose aux professionnels des activités physiques sportives, une introduction à ces méthodes liées à la médecine orientales, et une sensibilisation à la naturopathie



A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION

- Titulaire du diplôme « Animateur 1er degré Adultes/Enfants/Séniors en salle »
- Titulaire du CQP ALS Option AGEE
- Titulaire du CQP Instructeur FITNESS mention cours collectifs
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BP JEPS, STAPS



PRÉREQUIS

- Être licencié à la FFEPGV
- Être titulaire de la formation « Culture fédérale »
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif



OBJECTIFS DE LA FORMATION

- S'approprier les caractéristiques techniques théoriques et pratiques des activités Shiatsu et Do in
- Maîtriser les recommandations liées aux activités
- Concevoir et animer des séquences et être capable de les intégrer aux séances douces EPGV
- Se sensibiliser à un ensemble de pratiques visant à aider l'organisme à guérir de manière naturelle.



CONTENUS DE LA FORMATION

- Différences entre médecine occidentale et médecine orientale : la personne est considérée dans sa globalité sur le plan physique physiologique et émotionnel.
- Définition des 5 éléments de la médecine chinoise
- Approche et définition des méridiens
- Techniques des mouvements
- Faire la corrélation entre déséquilibre physiologique le maintien de la bonne santé et la gestion des émotions



MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- Des apports théoriques
- Des exercices pratiques
- Échanges d'expériences et travail par groupe d'analyse pour proposer des exercices et des enchainements





OUTILS

- Diaporama des contenus théoriques



BÉNÉFICES MÉTIER

- Renforcer ses compétences d'animation (techniques, démarches pédagogiques)



POINTS FORTS

Enrichir et diversifier ses séances WELLNESS en proposant des techniques liées à la respiration, à l'automassage et diffuser les grands principes liés à l'équilibre alimentaire.



POUR ALLER PLUS LOIN

Nous vous conseillons de suivre d'autres formations issues de l'univers ZEN ou bien de vous spécialiser en consultant notre [offre de formation](#)



MODALITÉ DE VALIDATION

- Feuilles de présence
- Fiche d'émargement
- Formulaire d'évaluation de la formation



MODALITÉS DE CERTIFICATION

- **Pour y accéder :**
 - ▶ Avoir suivi l'intégralité de la formation



DIPLÔME REMIS

- Attestation de présence



FORMATEUR ET/OU INTERVENANT

- Directrice de formation : Cécile FARIA SOARES
- Formatrice : Caroline CLAVERIE



RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

Consultez notre site www.formationepgv.com
Mail : formation.occitanie@comite-epgv.fr
Téléphone : 05 34 25 77 90



DURÉE ET DÉROULÉ DE LA FORMATION : 14 h

- 14 heures : Positionnement et formation en centre



FRAIS PÉDAGOGIQUES

- Frais Pédagogiques :
 - 448.00€ avec prise en charge
 - 294.00€ sans prise en charge
- Frais d'inscription : 25.00 €
- Frais annexes : (hébergement et restauration) : À la Charge du stagiaire ou du financeur



DATES & LIEUX

MONTRABÉ

- Mercredi 16 avril 2025
- Jeudi 17 avril 2025



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

