

DATES FORMATIONS PILATES 2021-Toulouse

MATWORK I - Fondamental :

- Session 3 (2021) :
Visio conférence Anatomie 24/10/2021 (dim 10h-13h, *distanciel*)
Live 1 le jeu 28/10/2021 (18h-20h, *distanciel*)
Live 2 le jeu 4/11/2021 (18h-20h, *distanciel*)
Présentiel 6 & 7/11/2021 (sam/dim, 9h-18h)

MODULE 1 - Petit matériel 1 (Gros ballon, Foam Roller, Cercle) :

Présentiel

- Session 3 (2021) : 20 & 21/11/2021 (sam/dim 9h30-17h30)

MODULE 2 - Petit matériel 2 (Base à picots-Proprioception, Elastic band) :

Présentiel

(9h-12h30 & 13h30-17h)

- Session 3 (2021) : 27/11/2021 (sam 9h-18h)

MODULE 3 – Femme enceinte/Séniors :

Présentiel

- Session 3 (2021) : 11 & 12/12/2021 (sam/dim 9h30-17h30)

NORDIC PILATES :

Présentiel

- Session 3 (2021) : 28/11/2021 (dim 9h-18h)

DATES FORMATIONS PILATES 2022 - Toulouse

MATWORK I - Fondamental :

- Session 1 (2022) :
Visio conférence Anatomie 09/01/2022 (dim 10h-13h, distanciel)
Live 1 le lun 17/01/2022 (18h-20h, distanciel)
Live 2 le jeu 20/01/2022 (18h-20h, distanciel)
Présentiel 22 & 23/01/2022 (sam/dim, 9h-18h)
- Session 2 (2022) :
Visio conférence Anatomie 19/06/2022 (dim 10h-13h, distanciel)
Live 1 le jeu 23/06/2022 (18h-20h, distanciel)
Live 2 le jeu 30/06/2022 (18h-20h, distanciel)
Présentiel 5 & 6/07/2022 (mar/mer, 9h-18h)
- Session 3 (2022) :
Les dates arrivent début décembre

MODULE 1 - Petit matériel 1 (Gros ballon, Foam Roller, Cercle) :

Présentiel

- Session 1 (2022) : 29 & 30/01/2022 (sam/dim 9h30-17h30)
- Session 2 (2022) : 11 & 12/07/2022 (lun/mar 9h30-17h30)
- Session 3 (2022) : *Les dates arrivent début décembre*

MODULE 2 - Petit matériel 2 (Base à picots-Proprioception, Elastic band) :

Présentiel

- Session 1 (2022) : 12/02/2022 (sam 9h-17h)
- Session 2 (2022) : 18/07/2022 (lun 9h-17h)
- Session 3 (2022) : *Les dates arrivent début décembre*

MODULE 3 – Femme enceinte/Séniors :

Présentiel

- Session 1 (2022) : 5 & 6/03/2022 (sam/dim 9h30-17h30)
- Session 2 (2022) : 20 & 21/07/2022 (mer/jeu 9h30-17h30)
- Session 3 (2022) : *Les dates arrivent début décembre*

NORDIC PILATES :

Présentiel

- Session 1 (2022) : 13/02/2022 (dim 9h-18h)
- Session 2 (2022) : 19/07/2022 (mar 9h-18h)
- Session 3 (2022) : *Les dates arrivent début décembre*

MATWORK II - Intermédiaire :

Présentiel

- Toutes Sessions
24 & 25/07/2022 (dim/lun 9h30-17h30)
27 & 28/07/2022 (mer/jeu 9h30- 17h30)

SPRING BOARD – ARC PILATES :

Présentiel

- Toutes Sessions : *Les dates arrivent*

DATES FORMATIONS PILATES

2022 – Lyon

MATWORK I + Module 1, 2 & 3 :

- Visio conférence Anatomie générale par ostéo 3/04/2022 (dim 10h-13h, distanciel)
Live 1 le lun 11/04/2022 (18h30-20h30, distanciel)
Live 2 le jeu 14/04/2022 (18h30-20h, distanciel)
Visio conférence Anatomie sénior & blessures par ostéo 10/04/2022 (dim 9h30-11h)
Visio conférence sénior en EHPAD par psychomot 10/04/2022 (dim 11h30-13h)
Visio conférence femme enceinte par sage femme 10/04/2022 (dim 14h-16h)
Présentiel 18/04/2022 (lun 14h30-19h)
Présentiel 19, 20, 21/04/2022 (mar, mer, jeu 9h30-12h30 & 13h30-18h)
Présentiel 22/04/2022 (ven 9h-13h)