

POLE DANCE MODULE 1

(Initiation, Débutant)

1265€ - 26h 4J

PROGRAMME PEDAGOGIQUE
<ul style="list-style-type: none"> *Présentation de la formation et de l'équipe pédagogique *Présentation des stagiaires – projet
<ul style="list-style-type: none"> *Anatomie basique et dans le mouvement, pathologies, contre-indications, adaptations, blessures typiques de cette discipline, les premiers gestes. <p><i>Par un Ostéopathe diplômé d'Etat</i></p>
<ul style="list-style-type: none"> *Créer son activité (les différents statuts, étude de marché, business plan, normes, etc...) <p><i>Par une chef d'entreprise</i></p>
<ul style="list-style-type: none"> *Histoire de la discipline, *Différentes disciplines de la pôle dance *La compétition *Les différents niveaux *Législation
<ul style="list-style-type: none"> *Echauffement, étirements, posturologie (intervention d'un Instructeur Pilates) *Construction d'un cours de niveau hétérogène *Ligne directrice pour construire une saison réussie *Cohésion de groupe, pédagogie *Sécurité
<ul style="list-style-type: none"> *les figures & combos niveau initié en barre Spin& fixe *les figures & combos niveau débutant initié en barre Spin & fixe <p><i>Théorie et TP</i></p>
<ul style="list-style-type: none"> *Evaluation orale & écrite. Evaluation des compétences en continu. Retour personnalisé par le biais d'une grille d'évaluation de compétences. *Clôture