

## REMEDIAL PILATES - 1er module : Spécifique épaules// #1514



### Public

Ce workshop s'adresse aux : instructeurs ChiBallTM, instructeurs Pilates, coachs sportifs, instructeurs fitness diplômés, professeurs de Yoga, kinésithérapeutes...

### Prérequis

Avoir suivi le module d'initiation à Pilates.

### Objectifs

La méthode ChiBallTM, Remedial Pilates "Scapula Motor Control" se concentre sur le développement de la stabilité et de la mobilité de la ceinture scapulaire plus que sur la force.

Les exercices proposés montrent une façon simple de soulager la douleur en utilisant le ballon de ChiBallTM, par l'exécution de mouvements de qualité.

*Cette formation est agréée Chèques-Formation sous le numéro 1514 : en voici le lien direct : [fiche agréée chèque-formation \(https://www.leforem.be/catalogue-des-formations/formations/e825ab9d-a583-44a6-97a5-c3854f2230e6\)](https://www.leforem.be/catalogue-des-formations/formations/e825ab9d-a583-44a6-97a5-c3854f2230e6) Cette fiche se retrouve dans le [Catalogue wallon des formations \(https://www.leforem.be/catalogue-des-formations\)](https://www.leforem.be/catalogue-des-formations) et vous pouvez aussi utiliser le numéro d'agrément dans la recherche par mot-clé. Le titre de la formation peut varier d'un catalogue à l'autre, sans incidence sur la validité du numéro d'agrément.*

Dix-huit exercices de réhabilitation pour les problèmes d'épaules étudiés et décortiqués.

Une variété d'exercices vous permettant de mener vos séances de rééducation, de coaching et/ou apporter une qualité supplémentaire aux exercices de vos cours collectifs.

Nous vous proposerons également une introduction succincte aux modules spécifiques colonne et bassin.

### Informations pratiques

#### > Droit d'inscription

✔ Cette formation est agréée "chèques formation".

#### > Certificat - Attestation

Attestation de participation.

#### > Aides sectorielles à la formation

Pouvez-vous bénéficier d'une aide sectorielle? Pour en savoir plus, consultez l'onglet [Fonds sectoriels de formation \(http://www.formation-continue.be/vpage-1195-2-Fonds-sectoriels-de-formation\)](http://www.formation-continue.be/vpage-1195-2-Fonds-sectoriels-de-formation)