Centre I FAP M E Liège-Huy-Verviers

REMEDIAL PILATES - 3ème module : Spécifique bassin





Public

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

Prérequis

Avoir suivi le module d'initiation à Pilates.

Objectifs

La méthode ChiBall™ - Remedial Pilates - Pelvic Motor Control se concentre sur les muscles du centre, multifidus - transverse - plancher pelvien, les fessiers et les muscles de l'articulation de la hanche.

Seize exercices de réhabilitation pour les problèmes du bassin 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.

Informations pratiques

- **Droit d'inscription** 115,00€
 - Cette formation est agréée "chèques formation".
- **Horaires**
 - Q Liège
 - > Le 16 décembre 2025 De 9h00 à 16h00
- **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)