



## **FORMATION STOTT PILATES A PARIS**

### **FORMATION INTENSIVE SUR CADILLAC**

Du dimanche 26 août 2012 au mercredi 29 août 2012

---

#### **Formation Intensive sur Cadillac niveau I**

**25 heures de cours et d'enseignement supervisé sur 4 jours**

**Du dimanche 26 août 2012 au mercredi 29 août 2012 de 9h à 14h30**

**Tous les jours sans interruption**

**La formation Stott Pilates est organisée par le Studio Biopilates® Paris**

**La formation Stott Pilates est animée par Monique Lavoie**



## *Un engagement complet*

### *Un message des fondateurs*



*Président et PDG Lindsay G Merrithew*

*Directrice exécutive éducation, Moira Merrithew*

Depuis la fondation de Stott Pilates® il y a 15 ans, notre engagement a été de développer des programmes, des produits et des services de haute intégrité qui aident les gens à atteindre leur potentiel.

Notre division Éducation développe des cours qui permettent à nos instructeurs de motiver et de stimuler les clients.

Notre engagement à maintenir l'excellence de nos programmes n'est qu'une des raisons pour lesquelles nos professeurs certifiés sont en haute demande à travers le monde.

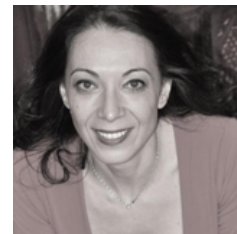
L'intégrité de notre programme, le professionnalisme de nos instructeurs et la variété de choix sont les raisons pour lesquelles des millions de gens à travers le monde confient leur santé corps-esprit à Stott Pilates.



## ***Intervenante : Monique Lavoie***

---

MONIQUE LAVOIE , directrice du Centre de Certification à Manitoba et instructeur Stott Pilates depuis 1997, elle est un des rares Instructeurs Trainers Stott Pilates bilingue en langue anglais et française . Diplômée du National Ballet School, Monique combine 25 ans d'expérience d'enseignement.



## ***Le Studio Biopilates Paris***

---

Le studio Biopilates Paris a ouvert ses portes en juin 2009 à Paris sous la direction du Professeur certifié Stott Pilates, Caroline Berger.

STOTT PILATES est considérée comme le chef de file mondial des services de formation Pilates.

Depuis plus de 20 ans, Moira et Lindsay Merrithew, en collaboration avec leur équipe de professionnels de la santé dévoués, se sont appliqués à élaborer avec intégrité des programmes permettant aux individus et aux sociétés de réaliser leur plein potentiel.

## ***Choisir STOTT PILATES pour poursuivre une carrière d'enseignant présente les avantages suivants :***

- L'organisation STOTT PILATES a 20 ans d'expérience dans la création et la présentation de programmes pertinents, perfectionnés et fondés sur la science.

Il s'agit d'une entreprise multiservices qui offre toujours des produits et services de grande qualité, y compris une gamme complète de DVD et manuels primés réalisés par des professionnels, ainsi que l'équipement Pilates complet de type commercial.

- STOTT PILATES possède des centres de formation et d'accréditation dans le monde entier

et participe à des douzaines de salons professionnels et congrès, ce qui lui permet d'offrir ses ateliers avec CÉP aux instructeurs des quatre coins du monde.

- STOTT PILATES est l'un des associés principaux d'IDEA, la plus importante association internationale de professionnels de la santé et du conditionnement physique et commanditaire-fondateur de la Pilates Method Alliance; elle est aussi commanditaire et membre de l'International Health and Racquet Sports Association (IHRSA).
- STOTT PILATES est reconnue par l'American Council on Exercise (ACE) et Can-Fit-Pro comme une organisation offrant des programmes d'éducation permanente.
- Le site Web de STOTT PILATES et sa section qui permet de trouver un instructeur STOTT PILATES accrédité attirent plus de 1 million de visiteurs chaque année.

## ***LE PROGRAMME DE LA FORMATION INTENSIVE SUR CADILLAC***

---

Conçu pour les personnes qui travaillent déjà dans les domaines de la mise en forme ou du mouvement, le programme STOTT PILATES intensif (niveau 1) permet d'élargir ses connaissances et enseigne tous les principes STOTT PILATES, ainsi que les exercices essentiels et intermédiaires à un rythme accéléré.

### **Intensive Cadillac**

Ce cours vous montre à élaborer et à enseigner des séries d'exercices de niveau 1 (essentiels et intermédiaires) sur le Cadillac, dans le cadre de cours privés ou de groupe pour divers types de clients. Bien que le cours Cadillac puisse être pris avant le cours IMP, nous recommandons de commencer par le IMP. En plus de couvrir les objectifs généraux du cours, vous étudierez les sujets suivants :

- Utilisation efficace du Cadillac pour améliorer la stabilité et la force du tronc, la tonicité des bras et des jambes, la stabilité des articulations, la flexibilité, l'équilibre et la coordination
- Élaboration de programmes pour les séances privées et de groupe
- Série d'exercices essentiels, intermédiaires et Power
- Compétences en communication et en observation, stimulation verbale et utilisation d'images pour améliorer la performance et la motivation des clients
- Modification des exercices pour différents types de corps et divers problèmes de posture et de santé
- Aspects théoriques et pratiques de l'analyse posturale
- Succession d'exercices pour la conception de programmes efficaces
- 122 exercices et modifications multiples

### **Conditions préalables**

- Connaissance pratique de l'anatomie fonctionnelle
- 3 ans ou plus d'enseignement du mouvement ou de la mise en forme

**Durée**

- 25 heures de cours et d'enseignement supervisé

**Matériel de cours obligatoire**

*L'ouvrage Cadillac Support Materials, est obligatoire pour les cours. Il ne faut donc l'acheter qu'une seule fois.*

Tarif de la Formation : 1200 € TTC ( le livre de cours n'est pas inclus dans la formation)

Tarif de l'examen : 200 € (règlement effectué directement auprès du professeur le jour du passage de l'examen.)

Il vous est vivement conseillé de vous documenter au préalable afin d'optimiser votre assimilation des principes de base de la méthode Stott Pilates et d'augmenter vos chances de réussite à l'examen.

L'examen comporte une épreuve pratique de deux heures et une épreuve écrite de deux heures.

Il est important d'avoir son manuel Cadillac Essentiel et Intermédiaire Stott Pilates, le premier jour de la formation.

Vous pouvez le commander directement sur le site : [www.stottpilates.com](http://www.stottpilates.com)

Ou le réserver par mail : [info@coachpilates.com](mailto:info@coachpilates.com)