


## PILATES TEACHER TRAINING PROGRAM

Le Pilates n'est pas seulement destiné à améliorer la posture et renforcer le centre du corps. C'est bien plus qu'une méthode d'entraînement physique, il contribue à notre bien-être mental, émotionnel et spirituel.

[www.fitspro.com](http://www.fitspro.com)







“ Pilates is the complete  
coordination of body,  
mind and spirit. ”

Joseph Pilates

# SOMMAIRE

1. POURQUOI CHOISIR NOTRE ÉCOLE ?	<b>PAGE 3</b>
2. TÉMOIGNAGE	<b>PAGE 4</b>
3. OVERVIEW	<b>PAGE 5</b>
4. NOTRE CONCEPT	<b>PAGE 6</b>
5. MAT TEACHER TRAINING	<b>PAGES 8 - 9</b>
5.1 PRÉ REQUIS	PAGE 10
5.2 MAT I FOUNDATION	PAGE 11
5.3 MAT II ADVANCED & PETITS MATÉRIELS	PAGE 12
5.4 MAT III ONE TO ONE	PAGE 13
6. APPARATUS TEACHER TRAINING	<b>PAGES 14 - 15</b>
6.1 APPARATUS I REFORMER & TOWER I	PAGE 16
6.2 APPARATUS II REFORMER & TOWER II	PAGE 17
6.3 APPARATUS III CHAIRS & BARRELS III	PAGE 18
7. PILATES THERAPY TRAINING	<b>PAGES 19 - 20</b>
7.1 PILATES THERAPY	PAGE 21
8. SPÉCIALITÉS & FORMATIONS CONTINUES	<b>PAGES 22 - 23</b>
9. CURSUS DIPLÔMANTS	<b>PAGES 24 - 25</b>
10. TARIFS UNITAIRES	<b>PAGE 25</b>
11. INFOS CERTIFICATIONS	<b>PAGE 26</b>
12. INFOS EXAMENS	<b>PAGE 27</b>
13. PROCÉDURES D'INSCRIPTION	<b>PAGE 28</b>
14. FAQ'S	<b>PAGE 29</b>

## POURQUOI CHOISIR NOTRE ÉCOLE ?

Une école aux intelligences multiples! Nos programmes sont le fruit de 20 années d'expérience et de recherche dans l'enseignement et de l'expertise de nos intervenants.

◆ **Nos formateurs** ont pour vocation de vous aider à la bonne mise en œuvre de vos projets, de vous sensibiliser à une méthode qui a fait ses preuves, et enfin de vous fournir des outils éprouvés pour vous lancer plus sereinement dans la profession.

◆ **Nos programmes** vont bien au-delà de la simple transmission d'un contenu, d'un savoir-faire, ils sont conçus et enseignés pour vous aider à grandir, à susciter votre curiosité, votre réflexion et vous faire vivre une expérience enrichissante unique!

“ Que vous soyez coach sportif, instructeur de fitness, thérapeute ou enseignant de danse, à travers ces offres nous espérons que vous trouverez l'inspiration, la motivation de bouger, de progresser, d'apprendre et d'être à l'écoute de votre moi-intérieur. ”

L'équipe FITSPRO

Depuis 20 ans, Plus de 600 instructeurs Pilates nous ont fait confiance !

1<sup>ère</sup> formation en Suisse à être accréditée EREPS EUROPEACTIVE



**Financement** Bénéficiez également de l'aide financière du Chèque Annuel de Formation (CAF) et cumulez CHF 2250.-.



## TÉMOIGNAGE

“ Merci à vous pour l'influence du choix des mots pour créer une ambiance ou avoir une influence positive sur la vie inconsciente des gens... Je voulais vous remercier pour votre enseignement ; certains préfèrent les cours plus factuels mais personnellement je trouve que ce sont toutes ces anecdotes qui font la richesse de votre enseignement. Tous ces « à-côté » auxquels on ne pense pas si l'on n'y est pas sensibilisé et qui participent à la richesse de l'enseignement de cette discipline. ”

Isabelle B., session septembre 2019



# OVERVIEW

**JE DÉMARRE**

**RDV PÉDAGOGIQUE**

**MODULE THÉORIQUE  
PILATES 100% ONLINE**

**MAT I  
FOUNDATION**

**MAT II**

**APPARATUS I**

**MAT III**

**APPARATUS II**

**PILATES  
THERAPY**

**APPARATUS III**

**SPÉCIALITÉS  
FORMATIONS  
CONTINUES**



## Pré Requis

Un entretien pédagogique préalable est obligatoire avant de procéder aux formalités d'inscription. Une base de pratique est exigée avant le démarrage de la formation.

## Notre programme PILATES TEACHER TRAINING

est reconnu en Europe et accrédité EREPS.

## ATTESTATIONS

À l'issue de chaque module de formation vous recevez un certificat de suivi attestant le nombre d'heures accomplies et le programme suivi.

## CERTIFICATION

Après réussite aux évaluations certificatives, vous recevrez une certification :

**MAT FOUNDATION TEACHER** LEVEL I

## DIPLÔMES

Après avoir accompli l'évaluation finale et les 3 étapes de chaque programme, vous recevrez votre diplôme et obtiendrez votre accréditation EREPS de niveau 4.

**DIPLÔME I** PILATES MAT TEACHER

**DIPLÔME II** PILATES APPARATUS TEACHER

**DIPLÔME III** MASTER PILATES TEACHER



# NOTRE CONCEPT

## OBJECTIFS

Les programmes MAT ou APPARATUS sont des formations modulaires complètes dont l'objectif est la compréhension du geste, du mouvement connecté à travers l'étude du répertoire en partant des bases fondamentales pour aller vers les techniques les plus approfondies de la méthode.

Développer son aisance gestuelle, sa technique et sa pédagogie est un objectif tout aussi indispensable pour enseigner la méthode Pilates à tous les niveaux de pratique.

C'est pour cela que nous vous proposons 3 niveaux de progression par programme.

## LEVEL I – Foundation

- ◆ Savoir structurer et construire un cours de base avec ou sans matériel spécifique.
- ◆ Enseigner le répertoire Pilates en respectant les principes de progression et de sécurité.
- ◆ Adapter et aménager son enseignement aux besoins du public novice.

## LEVEL II

- ◆ Obtenir les compétences requises pour enseigner la méthode Pilates aux clients les plus exigeants.
- ◆ Développer des techniques d'enseignement avancées pour plus de versatilité et de challenge physique ! Introduire le petit matériel Pilates dans ses séances (MAT TEACHER TRAINING).

## LEVEL III

- ◆ Devenir un expert de l'enseignement du Pilates. Maîtriser le maniement du matériel en toute sécurité (APPARATUS TEACHER TRAINING).
- ◆ Comprendre et analyser les spécificités physiologiques et posturales de chaque client.
- ◆ Proposer un entraînement efficient personnalisé et sécurisant.

## POUR QUI ?

Sportifs ou pratiquants passionnés, personal trainers, professeurs de danse, instructeurs de fitness, thérapeutes et passionnés du mouvement.

## PRÉ REQUIS

Une bonne base de pratique du Pilates est exigée avant le démarrage de la formation. Un entretien pédagogique préalable afin de vous orienter dans votre choix.

## **MODULE THÉORIQUE (PACK E-LEARNING)**

Pour maintenir un bon niveau de connaissance les bases d'anatomie fonctionnelle, physiologiques et méthodologiques sont à étudier en amont à l'aide d'un pack d'apprentissage en ligne.

Le niveau de vos connaissances théoriques est validé par QCM final.

## **DISPENSES**

Instructeurs justifiant d'une formation théorique en anatomie et/ou physiologie du corps humain antérieure et déjà initiés aux principes de base du Pilates.

## **UN PLAN DE FORMATION À LA CARTE**

Vous souhaitez suivre un cursus complet pour obtenir la certification EREPS et devenir un professionnel référencé ?

- ◆ Choisissez dès le départ notre formule diplômante pour chaque programme.

Vous êtes déjà formé / diplômé en Pilates Matwork et souhaitez choisir certaines spécialisations à votre convenance et à la carte.

- ◆ Choisissez votre programme à l'unité.



# MAT TEACHER TRAINING









## PRÉ REQUIS

MODULE THÉORIQUE PILATES	PROGRAMME	TYPE
<p>▼</p> <p>Bases théoriques indispensables pour une compréhension du mouvement et de la méthode.</p> <p>Permet l'accès aux modules pratiques.</p> <p><b>Dispenses :</b> Thérapeutes, physiothérapeutes, titulaires du module de base FITSPRO.</p> <p><b>IMPERATIF!</b> À réaliser 1 mois avant le démarrage de la formation pratique.</p>	<p>▼</p> <p>Revue des outils théoriques fonctionnels:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>◆ Anatomie</li><li>◆ Système articulaire squelettique</li><li>◆ Analyse du mouvement</li><li>◆ Muscles &amp; Fascia</li><li>◆ Physiologie humaine</li><li>◆ Principes du Pilates</li><li>◆ Principes généraux de l'entraînement</li></ul>	<p>▼</p> <p>Format à distance (accès E-learning)</p> <p>65H environ d'études personnelles à son propre rythme</p> <p>Vidéos- manuels – quiz</p> <p><b>DURÉE</b> 65H de travail personnel estimées</p> <p><b>EXAMEN</b> QCM final</p>

# MAT I - FOUNDATION

MAT I FOUNDATION	PROGRAMME	TYPE
<p>On y apprend le répertoire original de Joseph Pilates par le biais d'une approche fonctionnelle et contemporaine.</p> <p>Permet l'accès aux LEVEL II , III et formations APPARATUS.</p> <p><b>Dispenses :</b> Diplômes MAT INSTRUCTEUR FITSPRO ou équivalents.</p> <p><b>IMPERATIF!</b> 40 heures de pratique individuelle ou d'observation exigées pour la certification.</p>	<p>À découvrir :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>◆ La philosophie de la méthode Pilates</li><li>◆ L'essence et le but du mouvement, pour chaque exercice du répertoire au sol</li><li>◆ Les mouvements pour les débutants et leurs adaptations</li><li>◆ Le travail postural : à la recherche d'une exécution correcte des exercices</li><li>◆ Les variations et modifications des exercices</li><li>◆ Les techniques d'une communication efficace</li><li>◆ L'attitude et le savoir-être.</li><li>◆ L'échauffement, la structure et le format du cours</li><li>◆ Comment établir un plan de cours détaillé, une fiche d'auto évaluation</li></ul>	<p>Présentiel</p> <p>65H environ d'études personnelles à son propre rythme</p> <p>Vidéos- manuels – quiz</p> <p><b>DURÉE</b> 4 jours - 28H (samedis et dimanches)</p> <p>+ 40H de pratique individuelle</p> <p><b>CERTIFICATION DELIVRÉE APRÈS :</b> Validation de l'épreuve pratique (live ou par vidéo)</p>



## Buts

À l'issue de ce programme d'entraînement vous serez évalué(e) sur toutes les capacités requises pour travailler avec efficacité et en toute sécurité auprès de vos clients.

## MAT II - ADVANCED & PETITS MATÉRIELS

MAT II	PROGRAMME	TYPE
<p>Obtenir les compétences requises pour enseigner la méthode Pilates aux clients les plus exigeants, développer des techniques d'enseignement avancées pour plus de versatilité et de challenge physique!</p> <p>Introduire le petit matériel Pilates dans ses séances.</p>	<p>À découvrir :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>◆ Les progressions et les options plus avancées.</li><li>◆ Les transitions et consignes percutantes pour un encadrement efficace et sécurisant</li><li>◆ Les possibilités évolutives du répertoire ; Idéal pour varier ses cours, ses séances de coaching ou pour tout autre environnement ou entraînement fonctionnel</li><li>◆ Le travail avec petits matériels des mouvements traditionnellement réalisés en Matwork offre un grand éventail de possibilités.</li><li>◆ L'utilisation de ces outils permet d'améliorer la qualité d'exécution des mouvements, soit en facilitant leur exécution, soit, au contraire, en la rendant plus difficile, pour augmenter le défi (ballons, cercles, foamrollers, bandes élastiques)</li></ul>	<p>Présentiel</p> <p><b>DURÉE</b> 4 jours - 28H (samedis et dimanches ou 4 jours à suivre du jeudi au dimanche) + révisions</p> <p><b>DIPLÔME DELIVRÉ APRÈS :</b> Validation de l'épreuve pratique (live ou par vidéo)</p> <p>À l'issue des MAT II et MAT III</p>



### Buts

À l'issue de ce programme d'entraînement vous serez évalué(e) sur toutes les capacités requises pour travailler avec efficacité et proposer des cours plus athlétiques en toute sécurité auprès de vos clients les plus exigeants.



## MAT III - ONE TO ONE (PERSONAL TRAINING)

MAT III	PROGRAMME	TYPE
<p>Devenir un enseignant spécialisé et reconnu Maîtriser le maniement du petit matériel en toute sécurité.</p> <p>Comprendre et analyser les spécificités physiologiques et posturales de ses clients.</p>	<p>À découvrir :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>◆ Apprendre à prendre en charge un client privé</li><li>◆ Pouvoir tester et évaluer la posture et les aptitudes de votre client</li><li>◆ Savoir établir un programme spécifique et adapté aux besoins de votre client</li><li>◆ Revoir les 34 mouvements.</li><li>◆ Découvrir les différentes modifications et variations possibles de chacun des 34 mouvements</li><li>◆ Avoir un usage spécifique du petit matériel pour varier les exercices et éveiller la prise de conscience.</li><li>◆ Pratiquer les mouvements et leur enseignement sous forme d'ateliers en one to one</li></ul>	<p>Présentiel</p> <p><b>DURÉE</b> 4 jours - 28H (samedis et dimanches ou 4 jours à suivre du jeudi au dimanche) + révisions.</p> <p><b>DIPLÔME DELIVRÉ APRÈS :</b> Validation de l'épreuve pratique (live ou par vidéo)</p> <p>À l'issue des MAT II et MAT III</p>



### Buts

À l'issue de ce programme d'entraînement vous serez évalué(e) sur toutes les capacités requises pour prendre en charge vos clients en séances privées. Et leur proposer un entraînement efficient répondant à leurs exigences et besoins.

# APPARATUS TEACHER TRAINING





“ True flexibility can be achieved only when all muscles are uniformly developed. ”

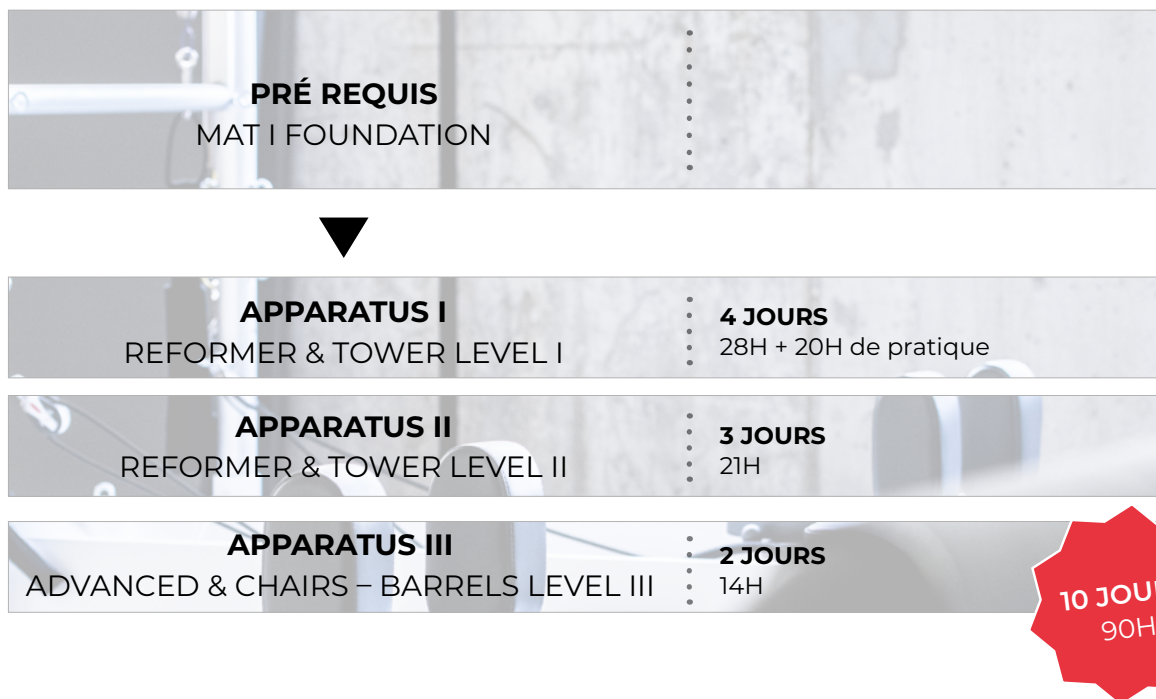
Joseph Pilates

## FORMATION PILATES SUR APPAREILS

### DURÉE TOTALE

Flexible et modulaire et jusqu'à 24 mois pour la totalité du programme.

**HORAIRES TYPES :** 7H par jour réparties de 09H00 à 17H00.





# APPARATUS I – REFORMER & TOWER I

APPARATUS I	PROGRAMME	TYPE
<p>Découverte et adaptations du répertoire sur Reformer et Tower. Savoir utiliser l'ensemble des fonctionnalités du matériel et savoir l'intégrer dans le studio Pilates en séquences pré définies.</p> <p><b>PRÉ REQUIS</b> MAT I – FOUNDATION ou équivalent.</p>	<p>À découvrir:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>◆ L'historique des appareils</li><li>◆ Le répertoire de base du Reformer &amp; Tower</li><li>◆ Savoir utiliser l'ensemble des fonctionnalités du Reformer et savoir en appliquer les principes de sécurité</li><li>◆ Savoir conduire une séance fluide, et adaptée à chaque niveau de pratique</li><li>◆ Savoir structurer une séance d'une heure de Reformer fondamental, en tenant compte des spécificités posturales de vos clients</li></ul>	<p>Présentiel</p> <p><b>DURÉE</b> 4 jours - 28H (samedis et dimanches ou 4 jours à suivre du jeudi au dimanche) + 20H de pratique individuelle/observations et révisions</p> <p><b>CERTIFICAT DE SUIVI</b> Délivré à l'issue du module et permettant de poursuivre la formation vers les niveaux II et III.</p>



## Buts

À l'issue de ce programme d'entraînement vous serez évalué(e) sur toutes les capacités requises pour travailler avec efficacité et en toute sécurité avec vos clients sur Reformer.

## APPARATUS II – REFORMER & TOWER II

APPARATUS II	PROGRAMME	TYPE
<p>Se perfectionner sur le répertoire intermédiaire et avancé du Reformer et Tower.</p> <p><b>PRÉ REQUIS</b> APPARATUS I ou équivalent.</p>	<p>À découvrir:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>◆ Le répertoire intermédiaire et avancé du Reformer: base préparatoire aux autres appareils.</li><li>◆ Savoir conduire et élaborer des séquences de travail fluides et alternées</li><li>◆ Perfectionner votre vocabulaire technique, visuel, vos consignes d'observation et de correction</li><li>◆ Élaborer des programmes d'entraînement sur Reformer en vous basant sur les besoins de vos clients</li><li>◆ Combiner le travail sur reformer au petit matériel du studio (ballons, tapis...)</li></ul>	<p>Présentiel</p> <p><b>DURÉE</b> 3 jours - 21H (vendredis, samedis et dimanches ou 5 jours à suivre si couplé avec le module III).</p> <p><b>CERTIFICAT DE SUIVI</b> Délivré à l'issue du module et permettant de poursuivre la formation vers le niveau III.</p>



### Buts

À l'issue de ce programme d'entraînement vous serez évalué(e) sur toutes les capacités requises pour élaborer des séquences de tous niveaux.

## APPARATUS III – CHAIRS & BARRELS III

APPARATUS III	PROGRAMME	TYPE
<p>Devenir un expert de l'enseignement du Pilates. Maîtriser le maniement du matériel en toute sécurité.</p> <p><b>PRÉ REQUIS</b> APPARATUS II ou équivalent.</p> <p><b>IMPERATIF !</b> 20 heures de pratique individuelle sur appareils ou d'observation exigées pour la certification finale à l'issue du module III.</p>	<p>À découvrir:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>◆ Aborder le répertoire de l'ensemble du matériel (chairs/barrels/spine correctors)</li><li>◆ Enseigner des séquences avancées</li><li>◆ Contrôler les alignements et la technique</li><li>◆ Maîtriser les corrections tactiles</li><li>◆ Construire des circuits dirigés (small group training).</li></ul>	<p>Format présentiel</p> <p><b>DURÉE</b> 2 jours - 14H (samedis et dimanches ou 5 jours à suivre si couplés avec le module II).</p> <p><b>DIPLÔME DÉLIVRÉ APRÈS :</b> Validation de l'épreuve pratique finale (live ou par vidéo)</p>



### Buts

À l'issue de ce programme d'entraînement vous serez évalué(e) sur toutes les capacités requises pour élaborer des séquences de travail fluides et alternées (circuits training) de tous niveaux.





**PILATES THERAPY TRAINING**



“ A man is as young as his spinal column. ”

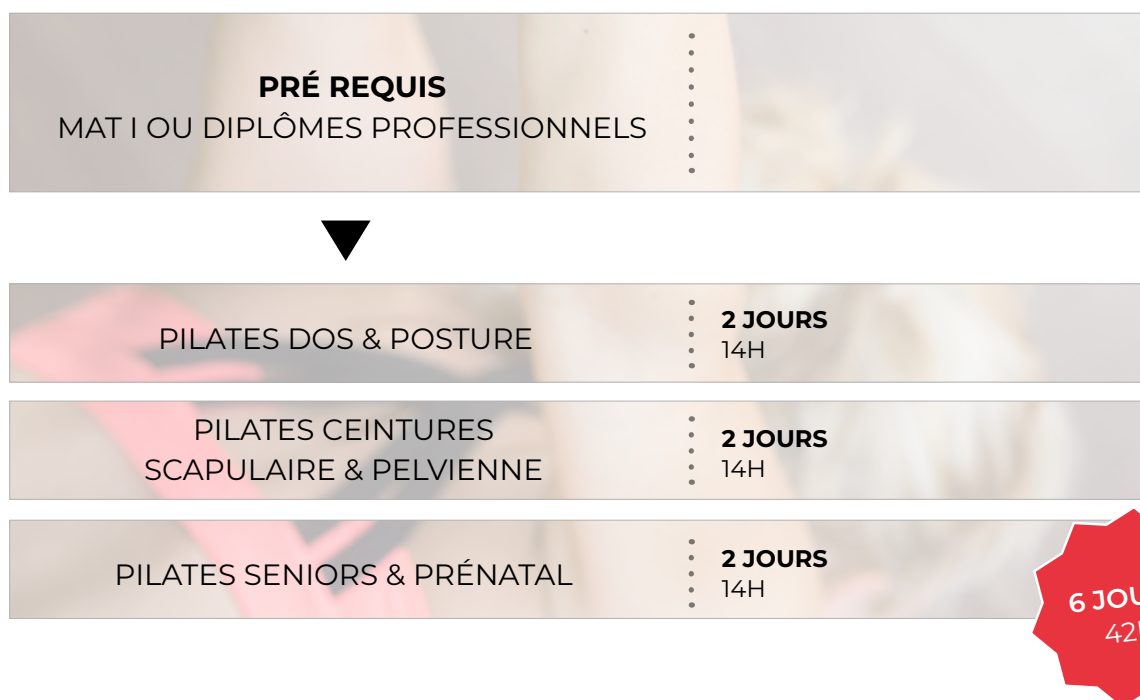
Joseph Pilates

## FORMATIONS PILATES THERAPY

### DURÉE TOTALE

Flexibles et modulaires et jusqu'à 12 mois pour la totalité des programmes.

**HORAIRES TYPES :** 7H par jour réparties de 09H00 à 17H00.



# PILATES THERAPY

## MODULES

Formations complémentaires s'adressant aux professionnels de la santé, aux instructeurs Pilates qui souhaitent élargir leurs champs de compétences en matière de gestion thérapeutique et de prise en charge de clients spécifiques ou en post-réhabilitation.

### PRÉ REQUIS

MAT I – FOUNDATION ou équivalent.

## PROGRAMMES

### DOS ET POSTURE

- ◆ Analyse des différentes pathologies et douleurs chroniques de la colonne vertébrale (lombalgies)
- ◆ Analyse des déficits posturaux et les solutions pratiques de rééducation par le mouvement et la méthode Pilates

### CEINTURES SCAPULAIRE ET PELVIENNE

- ◆ Analyser la source des différentes pathologies des articulations des membres supérieurs et inférieurs (pelvis, genoux, pieds, épaules...) et leur rôle prépondérant durant une séance de Pilates sur tapis
- ◆ Mise en place des différents protocoles de réhabilitation

### SENIORS & PRÉNATAL

- ◆ La prise en charge des femmes enceintes et des personnes subissant les effets du vieillissement dans les cours collectifs ou individuels Pilates

## PRÉSENTIEL

### DURÉE

2 jours - 14H  
(vendredis et samedis)

### CERTIFICAT DE SUIVI

Délivré à l'issue du module.

### DURÉE

2 jours - 14H  
(vendredis et samedis)

### CERTIFICAT DE SUIVI

Délivré à l'issue du module.

### DURÉE

2 jours - 14H  
(vendredis et samedis)

### CERTIFICAT DE SUIVI

Délivré à l'issue du module.



**SPÉCIALITÉS  
& FORMATIONS CONTINUES**



Continuer à pratiquer et se former tout au long de la vie

“ You will feel better in ten sessions,  
look better in twenty sessions,  
and have a completely new body  
in thirty sessions. ”

Joseph Pilates

## FORMATIONS CONTINUES

### DURÉE TOTALE

Flexible et modulaire et jusqu'à 24 mois pour la totalité du programme.

**HORAIRES TYPES :** 7H par jour réparties de 09H00 à 17H00.

### PRÉ REQUIS

MAT I FOUNDATION OU DIPLÔMES ÉQUIVALENTS



GARUDA®

PILATES & FASCIA

F-RE. E I, II

SPIRALDYNAMIK®

MÉTHODE FRANKLIN®

# CURSUS DIPLÔMANTS

## MTP - MODULE THÉORIQUE PILATES

65H | PACK ONLINE | QCM : 1H à l'issue du MTP



### DIPLÔME I EREPS EQF 4 - PILATES MAT TEACHER

**TARIF -10%**  
CHF 2600.-  
+ Option  
certification vidéo:  
CHF 150.-

DIPLÔME I

MAT I

MAT II

MAT III

**CERTIFICATION  
MAT FOUNDATION**  
4 JOURS  
68 H  
Stage de 40H inclus

**MAT II**  
4 JOURS  
28 H

**MAT III**  
4 JOURS  
28 H

⊕ **Examen final**

**DURÉE**

12 jours présentiels / 196 H au total **à accomplir en 12 mois**



### DIPLÔME II - PILATES APPARATUS TEACHER

**TARIF -10%**  
CHF 2600.-  
+ Option  
certification vidéo:  
CHF 150.-

DIPLÔME II

APPARATUS I

APPARATUS II

APPARATUS III

**EXAMENS**

**CERTIFICAT DE  
SUIVI**  
4 JOURS  
48 H  
Stage de 20H inclus

**CERTIFICAT  
DE SUIVI**  
3 JOURS  
21 H

**CERTIFICAT  
DE SUIVI**  
2 JOURS  
14 H

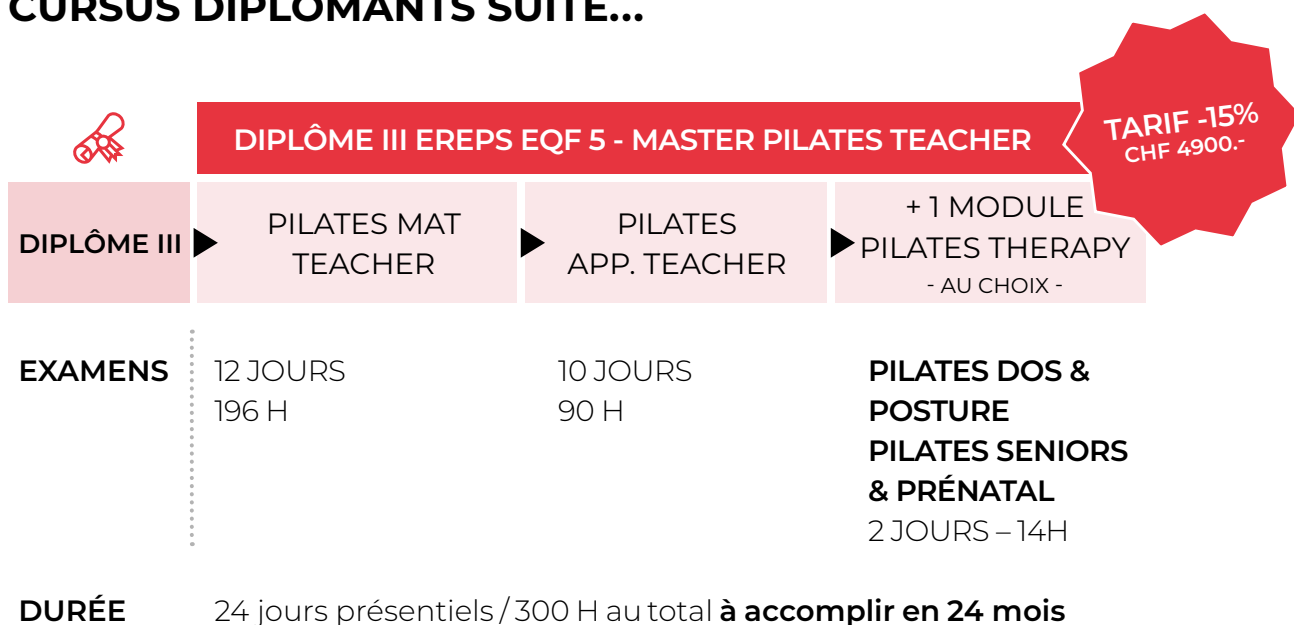
⊕ **Examen final**

**DURÉE**

10 jours présentiels / 90 H au total **à accomplir en 12 mois**



## CURSUS DIPLÔMANTS SUITE...



## TARIFS UNITAIRES

**Financement** Bénéficiez également de l'aide financière du Chèque Annuel de Formation (CAF) et cumulez CHF 2250.-. Un acompte de réservation de CHF 500.- est à verser à l'inscription. Un deuxième acompte de CHF 500.- sera demandé. Le solde est payable par mensualités.

**Modalités générales** : se référer aux conditions générales en vigueur en cas d'annulation, reports, échecs...

<b>MODULE THÉORIQUE PILATES</b> .....	
Online / QCM inclus	CHF 200
<b>MAT TEACHER TRAINING</b> .....	
MAT I	CHF 900
MAT II	CHF 900
MAT III	CHF 900
<b>APPARATUS TEACHER TRAINING</b> .....	
APP I	CHF 1200
APP II	CHF 900
APP III	CHF 800
<b>PILATES THERAPY TRAINING</b> .....	
PILATES DOS POSTURE	CHF 400
PILATES CEINTURES	CHF 400
PILATES SENIORS & PRÉNATAL	CHF 400
<b>EXAMENS</b> .....	
OPTION VIDÉO	CHF 150
RATTRAPAGE	CHF 150

## INFOS CERTIFICATIONS

“ To succeed... Attempts,  
observe, practice, repeat... ”

Car nous croyons que l'expérience de terrain est l'élément essentiel de votre réussite ! Nous avons mis en place des protocoles de pratique qui vous permettront d'atteindre vos objectifs.

### **CARNET PÉDAGOGIQUE DE PRATIQUE PERSONNELLE**

Vous recevrez au démarrage de votre formation un carnet pédagogique sur lequel vous reporterez vos expériences pratiques et pédagogiques nécessaires pour valider vos diverses certifications.

#### **Comment ça marche ?**

#### **DIPLÔME MAT TEACHER TRAINING**

40 séances à reporter avant la fin de votre formation.

Ces séances peuvent être des :

- ◆ Séances de Pratique individuelle: Suivi de cours collectifs dans un centre ou studio spécialisé.
- ◆ Séances d'enseignement: Vous enseignez déjà auprès de vos clients, amis, famille. Chaque cours enseigné sera reporté sur votre carnet.
- ◆ Séances d'observation: Observation de cours privés, semi privés ou collectifs dans le centre de votre choix.

#### **DIPLÔME APPARATUS TEACHER TRAINING**

20 séances à reporter avant votre examen final.

Ces séances peuvent être des :

- ◆ Séances de pratique individuelle : Suivi de cours sur appareils dans un centre ou studio spécialisé.
- ◆ Séances d'enseignement : Vous enseignez déjà auprès de vos clients, amis, famille... Chaque cours enseigné sera reporté sur votre carnet.
- ◆ Séances d'observation : Observation de cours privés, semi privés ou collectifs dans le centre de votre choix.

Vous n'avez pas d'abonnement dans un centre ? Notre centre **HYBRID Pilates** à Versoix vous accueille pour des séances pratiques ou d'observation.

**Nous contacter : +41 (0)22 779 10 62**

## INFOS EXAMENS

### ÉVALUATION ÉCRITE (MODULE THÉORIQUE PILATES)

Type:	QCM – QUIZ ONLINE
Taux d'obtention:	80%
Répétition:	3 rattrapages possibles en cas d'échec
Délai:	À valider au démarrage de la formation pratique

### ÉVALUATIONS PRATIQUES

Type:	Devant jury
Taux d'obtention:	60% soit 12/20

Critères d'évaluation:

- ◆ L'exécution, la technique
- ◆ La pédagogie d'enseignement
- ◆ La pertinence des consignes
- ◆ La sécurité
- ◆ Le respect du sujet choisi

Durée:	Entre 20 et 30 mn
Répétition:	3 rattrapages possibles en cas d'échec

**Examens privés:** Possible au tarif en vigueur CHF 200.-

**Évaluation vidéo (Facturée CHF 150):** Si vous êtes indisponible ou si vous souhaitez un délai supplémentaire, vous pouvez faire la demande d'être évalué(e) par vidéo. Vous devrez envoyer votre prestation digitale dans le mois suivant la fin de votre formation. Le résultat vous sera envoyé dans les 30 jours à réception de votre vidéo.



# PROCÉDURES D'INSCRIPTION

## ÉTAPE 1

À la suite de votre rendez-vous pédagogique, l'inscription se fera directement en ligne :

- ◆ Connectez-vous sur [www.fitspro.com](http://www.fitspro.com) dans la rubrique formations certifiantes, Pilates Teacher Training.
- ◆ Complétez le formulaire.
- ◆ Sélectionnez les formations, les sessions voulues puis les modalités de paiement (paiement de l'acompte de réservation de CHF 500.-).

## ÉTAPE 2

Une fois votre formulaire envoyé et les conditions générales acceptées, nous vous invitons à :

- ◆ Créer votre compte étudiant afin de pouvoir recevoir votre pack théorique sur votre espace étudiant (espace E-Learning - mes formations - en mode connexion).

## ÉTAPE 3

Nous vous ferons parvenir votre confirmation d'inscription, votre plan de financement, vos factures les documents pédagogiques nécessaires à votre formation.

Enfin, les accès pour démarrer votre apprentissage en ligne ou l'étude de vos manuels. Il est nécessaire de :

- ◆ Prévoir au minimum 30 jours avant de démarrer votre formation présentielle afin d'avoir le temps d'étudier complètement votre pack théorique et de présenter votre QCM dans les meilleures conditions.

## FAQ

### **QUEL EST LE DÉLAI POUR OBTENIR MON DIPLÔME ?**

Vous bénéficiez de 12 mois pour valider chaque certification et de 24 mois pour valider votre Diplôme MASTER PILATES TEACHER.

### **QUE SE PASSE-T-IL EN CAS D'ABANDON DURANT MA FORMATION ?**

Vous avez la possibilité de vous faire rembourser toute formation non entamée. Il faut toutefois bien vous référer aux conditions générales de vente pour connaître les modalités complètes de remboursement.

### **À QUEL MOMENT RECEVRAIS-JE MON DIPLÔME FINAL ?**

Une fois votre formation terminée et les certifications obtenues.

### **À QUEL MOMENT RECEVRAIS-JE MON DIPLÔME EREPS ?**

Une fois l'obtention de votre Diplôme MAT TEACHER TRAINING, vous serez référencé sur le site EREPS (adhésion annuelle : CHF 40.-) pour une année et recevrez votre diplôme directement par EuropeActive.

### **MON DIPLÔME EST-IL RECONNU PARTOUT EN EUROPE ?**

Votre diplôme est reconnu par EREPS et EuropeActive. Légalement vous êtes en droit de professer partout en union Européenne. Une validation d'acquis doit cependant être demandée en France pour être en conformité.

### **À QUEL MOMENT PUIS-JE DÉMARRER À ENSEIGNER LA MÉTHODE PILATES ?**

Dès l'obtention de la certification MAT FOUNDATION, vous êtes à même de pouvoir proposer des cours Pilates au sol à vos clients, groupes, centres de fitness...

[www.fitspro.com](http://www.fitspro.com)

---

