







ntégration sociale







« Madame, Monsieur,

Le **C**entre de **F**ormation **ML C**oncept de Montpellier met pour la première fois à votre disposition son catalogue de formations ! Créé en 2006, notre centre de formation est Datadocké depuis 2019.

Nous avons l'ambition de vous proposer des formations professionnelles originales, pertinentes et performantes, dans les domaines de la **santé durable**, de l'**enseignement culturel et sportif**, de l'**action sanitaire et sociale**.

Notre centre de formation abrite l'École de Praticiens Pilates ML Concept, qui propose une formation longue, destinée à devenir une formation initiale. Nous portons le projet de faire reconnaître ainsi l'existence d'un nouveau métier, celui de : « Praticien Pilates ML Concept ».

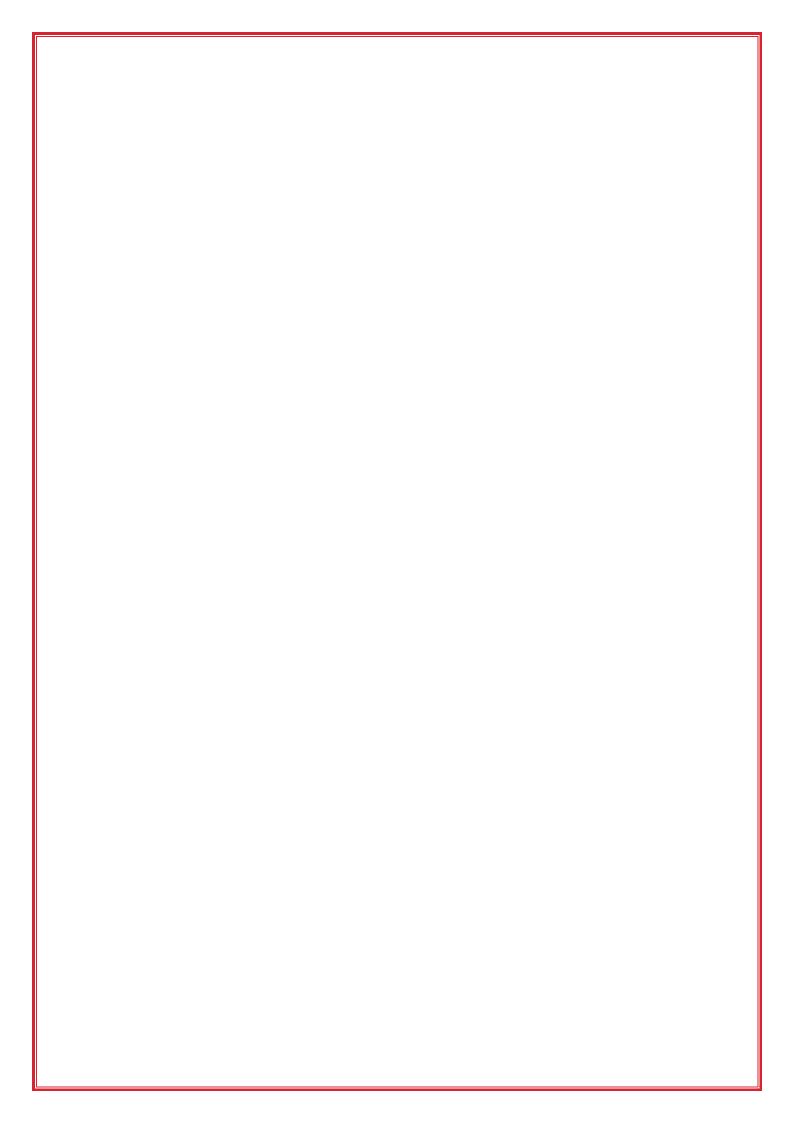
Nos formations sont toutes dispensées par des **enseignants thérapeutes en activité** et orientées vers l'acquisition et le perfectionnement de compétences professionnelles à valider.

La pratique professionnelle au cœur de chaque formation, des méthodes pédagogiques innovantes et notre équipe pédagogique très expérimentée, sont autant d'atouts qui nous permettent de vous accompagner efficacement tout au long de votre parcours de formation.

Au-delà des apports théorique et pratique, le **CFMLC** de Montpellier s'engage dans le partage des valeurs de **Dynamisme**, de **Respect**, de **Générosité** et de **Solidarité**, pour être votre partenaire dans la construction d'un avenir professionnel épanoui.

Toute l'équipe pédagogique et moi-même, sommes impatients et heureux de vous accueillir prochainement dans notre centre de formation. »

Marc LETTERI Fondateur



# **SOMMAIRE**

LE CENTRE DE FORMATION ML CONCEPT	1
LE ML CONCEPT	2
LE PILATES ML CONCEPT	3
CONDITIONS GÉNÉRALES DE VENTE	4
FORMATION INITIALE	9
ÉDUCATEURS SPORTIFS	13
DESCRIPTIF PÉDAGOGIQUE	18
MASSEURS-KINÉSITHÉRAPEUTES	23
OSTÉOPATHES - CHIROPRACTEURS - KINÉSITHÉRAPEUTES	29
CHIRURGIENS DENTISTES - PROFESSIONNELS LIBÉRAUX	30
MÉDECINS - MASSEURS-KINÉSITHÉRAPEUTES	31
SAGES-FEMMES	32
PSYCHOMOTRICIENS	33
PSYCHIATRES - PSYCHOLOGUES - PSYCHOTHÉRAPEUTES - PSYCHANALYSTES	34
PRÉPARATEURS PHYSIQUE	37
ARTISTES PROFESSIONNELS ET COACHS	41
PRÉPARATEURS MENTAUX	42
TRAVAILLEURS SOCIAUX - DRH - DIRIGEANTS	44









### LE CENTRE DE FORMATION ML CONCEPT

À travers ce catalogue, nous vous proposons de découvrir des formations professionnelles originales, pertinentes et performantes, dans le domaine de la santé durable, de l'enseignement culturel et sportif, de l'action sanitaire et sociale. Notre centre de formation abrite l'École de Praticiens Pilates ML Concept, qui propose une formation longue, destinée à devenir une formation initiale. Nous portons le projet de faire reconnaître ainsi l'existence d'un nouveau métier, celui de : « Praticien Pilates ML Concept ».

Tous les formateurs opérant au Centre de Formation ML Concept sont des Praticiens ML Concept en exercice, très expérimentés, dotés de connaissances et de compétences poussées dans les domaines de la santé durable, de l'enseignement culturel et sportif et de l'action sanitaire et sociale.

Toutes les formations Pilates ML Concept proposées dans ce catalogue se déroulent au Centre de Formation ML Concept. Vous trouverez ci-dessous toutes les informations liées au lieu, à son environnement et à son accessibilité.

Le Centre dispose de 180 m² dédiés à la formation. Les salles permettent d'accueillir des groupes allant de 1 à 20 personnes. Certains espaces sont affectés à des activités spécifiques :

Espace salles de formation : 125 m²

Espace accueil, service administratif: 30 m²

Vestiaires et sanitaires : 25 m²

Nos locaux respectent la réglementation en matière de sécurité et d'accessibilité. Nos formations accueillent au maximum 12 personnes. Il s'agit donc de petits groupes ; ce qui constitue une configuration totalement adaptée à notre éthique et à nos locaux. Nous effectuons des exercices d'évacuation 2 fois par an et notre registre de sécurité est à jour.

#### Adresse:

9 rue Fernand Soubeyran 34830 Jacou

#### Parking:

Des places de parking sont libres d'accès dans la rue Fernand Soubeyran et aux alentours. Vous pouvez également vous garez au parking de La Poste, qui se trouve à côté du Centre.

#### En transport en commun:

La ligne 2 du tramway fait son terminus à Jacou (1 tramway sur 2). Une fois à l'arrêt « Jacou », il faut marcher environ 10 minutes en direction du centre-ville, jusqu'à un rondpoint situé juste devant la rue Fernand Soubeyran. Les horaires et l'itinéraire sont disponibles sur le site : tam-voyages.com

La ligne de bus Tam numéro 22 effectue un trajet entre « Jacou » et « Universités des Sciences et des Lettres » (Montpellier Nord). Les horaires et l'itinéraire sont disponibles sur le site tam-voyages.com

#### Pauses et restauration :

Pour se restaurer, une boulangerie ainsi qu'une pizzeria sont à proximité du Centre.

A 6 mn à pied, le restaurant « Le Rendez-Vous Déjeuner » est ouvert du lundi au samedi (uniquement le midi).

A 7 mn à pied le restaurant « L'Assiette de Jacou » est ouvert tous les jours, midi et soir.

Le Centre Commercial Bocaud, comprenant un supermarché et un restaurant Macdonald, est également situé à 2 mn en voiture et 7 mn à pied.

#### Hébergement :

Un hébergement de qualité est possible à l'hôtel \*\*\* « Le Clos de l'Aube Rouge », situé au :

115 Avenue de l'Aube Rouge, 34170 Castelnau-le-Lez. Il est accessible depuis le Centre en tramway : prendre la ligne 2 à l'arrêt « Jacou » direction Sabines ou Saint Jean-de-Védas. S'arrêter à l'arrêt « Aube Rouge » (5 à 6 mn de trajet). L'hôtel se trouve à 1 mn à pied derrière l'arrêt de tramway.





### LE ML CONCEPT

#### **DÉFINITION**

Le ML Concept doit être observé comme une « activité », organisée en « activité physique », permettant à un « être unique », de « proposer » à un « être unique » ou à « un groupe d'êtres uniques », une « succession pertinente de situations », où il pourra « expérimenter », puis « s'approprier » une « organisation tensionnelle plus optimale », à des fins de « fonctionnalité plus optimale », et de « structuration plus optimale ».

Même si l'approche de l'individu est globaliste, la démarche du ML Concept à la spécificité d'avoir comme portail d'entrée, « le corps ».

Même si on pourrait l'appeler « la psycho-myofascialogie », sa forme à l'aspect d'une activité physique à visée thérapeutique. Elle en possède les contraintes de la règlementation.

#### LES PRINCIPES DU ML CONCEPT

Le ML Concept utilise 4 principes de base qui sont, tout autant des outils à utiliser, des objectifs à développer, des étapes à respecter, aussi bien pour faire profit de la pratique, que pour devenir un Praticien ML Concept :

- ♣ Le dynamisme : C'est par le corps en mouvement, que le ML Concept agit sur le lien de la personne à elle-même, et à son environnement
- ♣ Le respect : C'est par le respect témoigné à la personne, et dans l'apprentissage du respect du cadre de la pratique, que le ML Concept agit sur le respect de la personne à elle-même, et à son environnement
- ↓ La générosité: Le « système de développement psycho-myofascial » permet à une petite modification de produire de grandes transformations. Cette générosité dans « le retour sur investissement consenti par le pratiquant », agit sur la générosité avec laquelle la personne s'investit dans un travail sur soi, en lien à son environnement.
  - La généreuse bienveillance de l'enseignant/thérapeute, permet au pratiquant de prendre conscience que « le tout est bien plus que la somme des parties », et l'encourage à plus de générosité dans son investissement.
- ♣ La solidarité: Le « système de développement psycho-myofascial » permet la solidité du tout, depuis la solidarité de tous les éléments du système. C'est dans les expériences répétées, que le pratiquant du ML Concept renforce et mémorise la solidarité de ses parties en un tout bien plus performant.





#### LE PILATES ML CONCEPT

Le Pilates ML Concept est l'adaptation et l'utilisation des 800 exercices originaux de la méthode Pilates pour servir les objectifs du ML Concept.

J.H. Pilates avait l'habitude de dire que sa technique développait uniformément l'individu : le « **body**, **mind and spirit** », le corps, la pensée et l'esprit.

Le Pilates ML Concept propose la définition suivante :

- « Le corps est de la pensée palpable, La pensée est du corps subtil, Et l'esprit les réunis ».
  - ♣ Le Pilates ML Concept s'intéresse à l'esprit en premier, c'est-à-dire « au lien » entre le corps et la pensée.
  - ♣ Ce n'est pas le mouvement de Pilates qui est l'exercice, c'est « l'esprit » qui m'anime avant, pendant et après le mouvement de Pilates, qui est l'exercice.
  - C'est en connectant le lien en premier, en approfondissant le lien, en renforçant le lien, que le Pilates ML Concept prétend développer le lien.
  - ♣ C'est en développant le lien que le Pilates ML Concept prétend développer ou redévelopper et optimiser le corps (Body) et la psyché (Mind).
  - C'est en développant le lien que le Pilates ML Concept prétend accompagner l'unification de l'être.
- « Le tout est plus que la somme des parties ». Aristote.





# **CONDITIONS GÉNÉRALES DE VENTE**

#### **CONDITIONS GÉNÉRALES DE PRESTATION**

La formation est un produit proposé par l'École de Praticiens Pilates ML Concept (CFMLC) enregistrée en tant qu'organisme de formation sous le numéro : 91 34 06058 34. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

Le CFMLC est immatriculée sous le numéro 434 922 795 RCS Montpellier, Siret : 434 922 795 00027. Toute inscription aux formations implique l'adhésion pleine et entière de la personne ayant renseigné et signé le dossier d'inscription (ci-après « le signataire ») aux présentes conditions générales de prestations.

#### **OBJET ET CHAMP D'APPLICATION**

Toute commande de formation implique l'adhésion pleine et entière aux présentes conditions générales de prestations qui prévalent sur tout autre document.

#### PRISE EN COMPTE DES INSCRIPTIONS

- Pour les clients personnes morales : l'inscription n'est validée qu'à réception, d'une part, de l'acompte, s'il y a lieu (montant indiqué sur la convention de formation ou le bon de commande valant convention de formation) et, d'autre part, de la convention ou du bon de commande valant convention de formation, signé et revêtu du cachet de l'entreprise.
- Pour les clients personnes physiques : l'inscription n'est validée qu'à réception, d'une part, du contrat de formation signé et, d'autre part, d'un acompte de 30% du prix de la formation. Le versement de cet acompte ne peut être exigé qu'à l'expiration du délai de rétraction de 10 jours qui court à compter de la signature de ce contrat.

#### **DOCUMENTS CONTRACTUELS**

Le CFMLC fait parvenir au client, un dossier d'inscription, une présentation et un programme détaillé de la formation.

Le client s'engage à retourner dans les plus brefs délais au CFMLC un exemplaire du dossier d'inscription, rempli et signé. L'envoi de ce document dûment complété et signé conditionne la prise en compte de l'inscription. Il recevra ensuite une convention ou un contrat de formation.

Une convocation est adressée à l'intéressé avant la tenue de la formation lui rappelant le lieu, les informations pratiques et les horaires de la formation. Un certificat de réalisation de l'action de formation est adressé au client après la formation.





#### PRIX, FACTURATION ET RÈGLEMENTS

Les prix sont indiqués nets, TVA non exigible. Toute formation commencée est due en totalité, à l'exception des cas suivants :

- En cas de force majeure ne permettant pas au stagiaire d'assister à la formation. À ce titre, la force majeure s'entend de tout événement extérieur, imprévisible et irrésistible au sens de l'article 1148 du Code civil.
- En cas de force majeure ne permettant pas à l'EPPMLC (organisme de formation) de dispenser la formation. À ce titre, la force majeure s'entend de tout événement extérieur, imprévisible et irrésistible au sens de l'article 1148 du Code civil.
- En cas d'une décision de résiliation, prise à l'amiable, du contrat de formation du stagiaire, pour quelque motif que ce soit
- En cas d'exclusion définitive du stagiaire par l'organisme de formation pour non-respect du règlement intérieur
- Si le stagiaire ne valide pas l'une de ses années de formation, exceptée la dernière année, ET qu'il refuse la proposition de redoublement faite par l'organisme de formation (cette situation concerne uniquement la formation initiale)

Dans le cas où l'une des situations citées ci-dessus s'applique, alors le contrat prend fin et seules les prestations effectivement dispensées sont dues, au prorata temporis de la valeur prévue au présent contrat, avec un minimum de perception de 20 % du montant total de la formation OU 20% du montant total d'une seule année de formation pour la formation initiale.

Les règlements peuvent être effectués en 3 fois sur demande du client :

- 40% à l'inscription
- 30% après 12 mois de formation
- 30% après 24 mois de formation
- 100% du paiement doit être détenu par le CFMLC au moment du démarrage de la formation Une facture peut être envoyée au stagiaire après chaque versement.

Les conditions de prix, de facturation et de règlements peuvent être adaptées au cas par cas en fonction de la situation et des besoins des stagiaires.

#### **RÈGLEMENT PAR UN OPCO**

Si le client souhaite que le règlement soit émis par l'OPCO dont il dépend, il lui appartient :

- de faire une demande de prise en charge avant le début de la formation et de s'assurer de la bonne fin de cette demande ;
- de l'indiquer explicitement sur son dossier d'inscription ;
- de s'assurer de la bonne fin du paiement par l'organisme qu'il aura désigné.

Si l'OPCO ne prend en charge que partiellement le coût de la formation, le reliquat sera facturé au client. Si le CFMLC n'a pas reçu le document de prise en charge de l'OPCO au premier jour de la formation, le client sera facturé de l'intégralité du coût du stage.





#### PÉNALITÉS DE RETARD

Conformément à l'article L. 441-6 de code du commerce, des pénalités de retard, au taux annuel de 20% et une indemnité de 40 € sont dues à défaut de règlement le jour suivant la date de paiement figurant sur la facture.

#### **REFUS DE COMMANDE**

Dans le cas où un client s'inscrirait à une formation du CFMLC, sans avoir procédé au paiement intégral de la ou des formations précédentes, le CFMLC pourra refuser d'honorer la commande et lui refuser sa participation à la formation, sans que le client puisse prétendre à une quelconque indemnité, pour quelque raison que ce soit.

#### **CONDITIONS D'ANNULATION ET DE REPORT**

Toute annulation par le client doit être communiquée par écrit (courrier ou mail) au plus tard 3 jours avant le début de la formation.

Par ailleurs, le CFMLC se réserve le droit de :

- Modifier le contenu du programme de formation ou de remplacer l'intervenant prévu si des circonstances indépendantes de sa volonté l'y obligent.
- Reporter l'inscription, dans un délai de 12 mois, sur une autre session si le nombre de participants est jugé insuffisant sur le plan pédagogique.

#### **INFORMATIQUE ET LIBERTÉS**

Les informations à caractère personnel qui sont communiquées par le client à le CFMLC en application et dans l'exécution des formations pourront être communiquées aux partenaires contractuels du CFMLC pour les seuls besoins des dites formations. Le client peut exercer son droit d'accès, de rectification et d'opposition conformément aux dispositions de la loi du 6 janvier 1978.

#### RENONCIATION

Le fait, pour le CFMLC, de ne pas se prévaloir à un moment donné de l'une quelconque des clauses des présentes ne peut valoir renonciation à se prévaloir ultérieurement de ces mêmes clauses.

#### LOI APPLICABLE

Les conditions générales et tous les rapports entre le CFMLC et ses clients relèvent de la loi française.





#### **ATTRIBUTION DE COMPÉTENCES**

Tous litiges qui ne pourraient être réglés à l'amiable seront de la COMPÉTENCE EXCLUSIVE DU TRIBUNAL DE MONTPELLIER, quel que soit le siège ou la résidence du client, nonobstant pluralité de défendeurs ou appel en garantie. Cette clause attributive de compétence ne s'appliquera pas au cas de litige avec un client non professionnel pour lequel les règles légales de compétences matérielle et géographique s'appliqueront. La présente clause est stipulée dans l'intérêt du CFMLC qui se réserve le droit d'y renoncer si bon lui semble.

#### DOMICILIATION ET INFORMATIONS RELATIVES AU LIEU DE PRATIQUE

L'intégralité des formations proposées par le Centre de Formation ML Concept se déroule au sein des locaux du Centre de Formation ML Concept. Ce Centre est domicilié à son siège social au : 9 rue Fernand Soubeyran 34830 JACOU

Le Centre de Formation ML Concept dispose de 180 m² dédiés à la formation. Les salles permettent d'accueillir des groupes allant de 1 à 20 personnes. Certains espaces sont affectés à des activités spécifiques :

- Espace salles de formation : 125 m²

Espace accueil, service administratif: 30 m²

Vestiaires et sanitaires : 25 m²

Nos locaux respectent la réglementation en matière de sécurité et d'accessibilité. Nos formations accueillent au maximum 12 personnes. Il s'agit donc de petits groupes ; ce qui constitue une configuration totalement adaptée à notre éthique et à nos locaux. Nous effectuons des exercices d'évacuation 2 fois par an et notre registre de sécurité est à jour.





# LES FORMATIONS PILATES ML CONCEPT



### FORMATION INITIALE

#### FORMATION DE PRATICIEN PILATES ML CONCEPT

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PÉRIODE	PRIX TTC
Formation de Praticien Pilates ML Concept	-	2250	5 ans	27 000 €
Formation de Praticien Pilates ML Concept	-	1350	3 ans	16 200 €

#### Chapeau

- Devenez Praticien Pilates ML Concept pour la Santé, pour la Performance, et pour l'Intégration sociale.
- ♣ Intégrez la formation initiale d'un nouveau métier, à la pointe du **Développement durable**.
- ♣ Vous serez expert du développement, et saurez accompagner tous types de personnes dans le domaine de la Santé durable, de l'Enseignement culturel et sportif, de l'Action sanitaire et sociale.
- Vous partagerez des valeurs de Dynamisme, de Respect, de Générosité, et de Solidarité.

#### Publics visés et prérequis

- Ce programme s'adresse aux personnes titulaires d'un baccalauréat, de préférence à option sciences humaines.
- Ce programme s'adresse aux personnes pratiquantes régulières des activités physiques.
- ♣ Ce programme s'adresse aux personnes désireuses de devenir des enseignants thérapeutes, experts dans l'accompagnement au développement.
- Les stagiaires sont reçus sur dossier après un écrit et un oral de motivation, pour une durée de 2250 heures, sur une période de 5 ans maximum.
- ♣ Ce programme s'adresse aussi aux kinésithérapeutes, aux chiropracteurs, aux ostéopathes, aux psychomotriciens, aux psychologues, aux psychothérapeutes, aux éducateurs sportifs, aux préparateurs physiques, aux entraîneurs, aux chorégraphes, aux professeurs de danses, aux éducateurs spécialisés, aux titulaires d'un diplôme de niveau 5 ou 6, avec un niveau bac+2 ou bac+3 en anatomie, physiologie, psychologie, pédagogie, pathologie, sociologie.
- Ces personnes peuvent intégrer directement la troisième année d'études à certaines conditions.
- Ces personnes sont alors reçues en formation, pour une durée de 1350 heures, sur une période de trois ans maximum.

#### Informations générales

Coût de la formation

Le coût de la formation est de 5400,00 € TTC par an, pour 450 heures de formation. Le coût de l'inscription à la formation est de 100,00 € TTC.

Lieu de la formation

École de Praticiens Pilates ML Concept, Centre de Formation ML Concept de Montpellier, 9 rue Fernand Soubeyran, 34830 Jacou – France

Contacts et renseignements

Marc LETTERI: 06 20 50 48 06 Thibaut LETTERI: 06 08 13 87 85

cfmlconcept@gmail.com

Le programme détaillé est disponible sur demande.

#### Nombre de stagiaires

- Minimum 5
- Maximum 6

#### Dates de la prochaine session

♣ Du 10 Septembre 2021 au 30 Septembre 2026

#### **Objectifs**

- Ce programme a pour objectif de former des personnels de niveau 7, c'est-à-dire bac + 5années, ou encore, Master II.
- Les personnels formés, devront montrer leurs connaissances affirmées des fondements scientifiques de leur activité professionnelle, leur maîtrise des processus de conception et de recherche, dans l'élaboration et l'accompagnement par des suites d'exercices de Pilates ML Concept, de tous types de publics.
- 4 Il a pour objectif, à terme, la reconnaissance par l'état d'un diplôme.

#### Points clés du programme

- La pratique personnelle des exercices du Pilates ML Concept, enseignée, puis guidée, puis surveillée, puis en autonomie, est un point clé de l'expertise recherchée des Praticiens.
- La pratique de l'enseignement des exercices du Pilates ML Concept, guidée, puis surveillée, puis en autonomie, est un point clé de l'expertise recherchée des Enseignants.

#### Compétences visées

- Former des Praticiens Pilates ML Concept pour la Santé, la Performance et l'Intégration sociale.
- Intégrer des connaissances globales en anatomie, physiologie, psychologie, pédagogie, pathologie, sociologie.
- Intégrer des connaissances spécifiques modernes de physiologie du mouvement.
- Pratiquer de façon approfondie et enseigner à un niveau avancé, les 800 exercices du Pilates ML Concept, sur toutes les surfaces.
- ♣ Développer une connaissance approfondie du développement de l'individu, du nourrisson aux personnes du 4ème âge.
- Concevoir, animer et sécuriser une séance de Pilates ML Concept adaptée, avec des effets immédiats et retardés positifs, pour des publics ayant des objectifs d'amélioration de leurs performances, ou souffrant de pathologies avérées, ou désirant mieux s'intégrer socialement.
- Construire, sécuriser et animer une suite (programme) de séances de Pilates ML Concept adaptée à l'optimisation d'une performance à une date donnée, ou adaptée à l'amélioration des paramètres physiologiques et psychologiques d'un individu, dans sa lutte contre une ou plusieurs pathologies avérées, ou adaptée à l'amélioration des paramètres d'intégration de toute personne en situation d'exclusion.
- ♣ Piloter des recherches individuelles ou animer des groupes de recherches, ayant pour objectifs d'augmenter la compréhension des mécanismes d'intégration du développement, par l'enseignement du mouvement naturel, depuis le Pilates ML Concept.

#### Méthodes et outils pédagogiques

- ♣ Pratiquer est l'axe central de cette formation autour duquel s'articulent, apports théoriques, techniques et méthodologiques.
- Acflexion en groupe, découlant du ressenti de la pratique, et des expériences d'enseignement.
- ♣ Des formateurs expérimentés dans l'enseignement du Pilates ML Concept, des APS à objectifs thérapeutiques, des professionnels de santé, sont présents pour encadrer les élèves Praticiens Pilates ML Concept et transmettre les différentes connaissances.

# LISTE DES FORMATIONS PILATES ML CONCEPT



- Pour chaque compétence, l'ordonnancement est :
  - Apports théoriques, lecture technique en salle de cours
  - Puis pratique personnelle, observation de l'enseignement, pratique de l'enseignement, en salle de Pilates avec matériels
  - Puis synthèse et réflexion en groupe
- Le dossier pédagogique complet guide les étudiants à chaque étape de leur formation. Il comprend :
  - ❖ Une traduction de l'œuvre de Joseph Pilates, " return to life ".
  - Des données théoriques de psychologie, de pédagogie.
  - Des données théoriques d'anatomie, de physiologie, de biomécanique, d'anatomo-pathologie, de sociologie.
  - Des conseils sur le protocole d'enseignement.
  - Une bibliographie utile.
- Les stagiaires Praticiens Pilates effectuent durant leur formation, 3 stages pédagogiques dans des structures partenaires dédiées, au Pilates ML Concept la troisième année (50h), à la performance la quatrième année (100h), à la santé la cinquième année (100h).
- ♣ Des intervenants extérieurs viennent donner des stages et des conférences.

#### Équipe pédagogique

- ♣ Responsable pédagogique : Marc LETTERI, formateur de formateurs de praticiens Pilates ML Concept, formateur de praticiens Pilates ML Concept, praticien Pilates ML Concept diplômé du « Moving Center » Colorado, diplômé d'état de culture physique, diplômé d'état des métiers de la forme, entraîneur et chorégraphe, 30 ans d'expérience dans l'enseignement de l'activation posturale dynamique, 17 ans d'expérience du Pilates
- ★ Karine LLEDO: Ostéopathe DE, Fasciathérapeute, Kinésithérapeute, Praticienne Pilates ML Concept, Formatrice ML Concept, 12 ans d'expérience dans l'enseignement de l'activation posturale dynamique, 10 ans d'expérience du Pilates ML Concept
- Annemieke VAN CAPELLEVEEN : Praticienne Pilates ML Concept, Formatrice ML Concept, Brevet d'état des activités physiques pour tous, 6 ans d'expérience du Pilates ML Concept
- **↓ Vanessa SZOT**: Kinésithérapeute, Praticienne Pilates ML Concept, Formatrice ML Concept, 6 ans d'expérience du Pilates ML Concept
- ♣ Jean-Philippe MILOT : Kinésithérapeute du sport, Praticien Pilates ML Concept, Formateur ML Concept, 12 ans d'expérience dans l'enseignement de l'activation posturale dynamique, 10 ans d'expérience du Pilates ML Concept

#### Parcours et contenu

- **↓** UF 1 : Connaissances théoriques des différents publics
  - UF 11 : Histoire, Philosophie, Principes, Concepts
  - UF 12 : Anatomie, Physiologie générale, Physiologie des systèmes
  - ❖ UF 13 : Anatomie de l'appareil locomoteur, Physiologie du mouvement
  - UF 14 : Histologie, Pathologies
  - UF 15 : Paramètres de la performance, Connaissance des activités
  - ❖ UF 16 : Connaissance générale des différents publics, Psychologie, Pédagogie générale, Sociologie
- UF 2 : Connaissance de la pratique du Pilates ML Concept
  - ❖ UF 21 : Pratique des exercices du Pilates ML Concept par niveau
  - UF 22 : Observation des exercices du Pilates ML Concept par niveau
  - UF 3 : Connaissances techniques et pédagogiques du Pilates ML Concept.
    - UF 31 : Construction d'une séance, Pédagogie spécifique, Déontologie
    - ❖ UF 32 : Construction d'une séance et programmation d'une période d'entrainement adaptée à l'optimisation de la performance
    - ❖ UF 33 : Construction d'une séance et d'une suite de séances adaptées à une pathologie donnée

- UF 4 : Savoir-faire de pratique pédagogique du Pilates ML Concept.
  - UF 41 : Analyse biomécanique et Enseignement des exercices du Pilates ML Concept par niveau
  - ❖ UF 42 : Gestion optimisée et sécurisée de séances adaptées à la performance
  - UF 43 : Gestion optimisée et sécurisée de séances adaptées à une pathologie
- UF 5 : Droit, Règlementation, Gestion, Déontologie.
- UF 6 : Stages pratiques techniques et pédagogiques

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

- Le programme de formation est remis au stagiaire avant son inscription. Pour attester de cette remise, il est cosigné par le stagiaire formé, et le formateur.
- ♣ Pour être validée, la formation doit être suivie assidument sur toute sa durée. Le contrôle de la présence des stagiaires et du ou des formateurs est assuré par un cahier, avec feuilles d'émargement signées pour chaque demi-journée.
- Pour chacun des 3 stages de l'UF 6, dans des structures d'accueil des stagiaires, un rapport est remis par le stagiaire, qui détaille le projet pédagogique mis en place et les résultats observés.
- Les stagiaires sont évalués à la fin de chaque année dans chacune des unités de formation (UF) :
  - ❖ Par des examens écrits de contrôle des connaissances dans les UF 1, 3, 5
  - Par des comptes rendus d'articles scientifiques ou philosophiques dans les UF 1, 3, 5
  - ❖ Par une performance physique et technique en UF 2, devant un jury d'experts
  - Par une performance pédagogique en UF 4, devant un jury d'experts
- ♣ Traditionnellement, la 5<sup>ème</sup> année d'études s'achève par des évaluations fondées sur des études de cas, des évaluations physiques et pédagogiques.
- Le stagiaire ayant validé toutes ses UF, obtient la certification de « **Praticien Pilates ML Concept ».** Il reçoit une attestation de fin de formation, qui précise sa nature et sa durée, ainsi que les résultats de l'évaluation des acquis.
- La formation est prévue pour durer 2250 heures et s'inscrire sur une période de 5 ans maximum.
- Les titulaires d'un diplôme de niveau 5 ou 6, avec un niveau bac+2 ou bac+3 en anatomie, physiologie, psychologie, pédagogie, pathologie, sociologie peuvent intégrer directement la troisième année d'études à certaines conditions :
  - Justifier de 100 heures de pratique de Pilates ML Concept durant l'année précédente
  - Montrer un niveau suffisant de pratique dans cette discipline devant un jury d'experts
  - ❖ Montrer un niveau de connaissances suffisant dans les disciplines étudiées durant les 2 premières années de la formation
  - Ces personnes sont alors reçues sur dossier de candidature, après un écrit et un oral de motivation, pour un programme de 3 ans et 1350 heures.

L'éducateur sportif est un professionnel de l'accompagnement et de l'épanouissement de la personne. Le sport et l'éducation physique sont pour lui des outils pour animer et inciter des changements dans le comportement des personnes, améliorer les relations entre individus ou groupes et favoriser le développement individuel et social.

L'évolution des comportements sociaux de ces 10 dernières années, avec l'émergence de l'écoresponsabilité à la santé, multiplie les débouchés pour des éducateurs sportifs, spécialisés dans l'optimisation de la performance, ainsi que dans l'enseignement des activités physiques adaptées à la santé.

Le ML Concept, est un ensemble de savoirs et de savoir-faire, développés depuis 30 ans par un éducateur sportif, Marc LETTERI, dans l'enseignement du mouvement naturel, et de ses applications dans les domaines de la Santé durable, de l'Enseignement Culturel et Sportif, de l'Action Sanitaire et Sociale :

- L'activation posturale dynamique adaptée
- L'intégration posturale
- L'éducation respiratoire pour la structuration et le développement
- ♣ La reprogrammation neuro-sensori-motrice
- Le changement de référence productrice d'actions
- L'accompagnement somato-psychique par l'enseignement du mouvement naturel

Le Pilates ML Concept, est une marque qui a pour fondements la conception personnelle originale, du métier d'Instructeur Pilates et des applications de la méthode, dans les domaines de la Santé durable, de l'Enseignement Culturel et Sportif, de l'Action Sanitaire et Sociale.

Le Pilates ML Concept respecte l'esprit originel de la méthode de Joseph Pilates, ses principes et ses 800 exercices. Des connaissances modernes en anatomie, en physiologie, en biomécanique, en pathologie, en psychopédagogie, en philosophie, en sociologie, enrichissent et complètent les techniques et exercices de Pilates pour en faire un outil particulièrement performant dans l'approche holistique de l'individu.

Le Pilates ML Concept représente aujourd'hui une force de développement professionnel et véhicule des valeurs de dynamisme, de respect, de générosité et de solidarité.

Découvrir et s'initier aux dimensions **éducatives**, **préventives** et **thérapeutiques** du Pilates ML Concept. Pratiquer et enseigner **le mouvement naturel**.

# Devenez « Instructeur Pilates ML Concept »

# Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Tapis, avec et sans accessoire

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur tapis : Niveau 1	4	28	840 €
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur tapis : Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630 €
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur tapis : Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1 et 2)	3	21	630 €
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur tapis : Niveau 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1, 2 et 3)	3	21	630 €

<u>IMPORTANT</u> : Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux éducateurs sportifs, désireux de s'initier aux dimensions sanitaires et sociales, ainsi qu'à la dimension performance, proposées par le Pilates ML Concept, et ainsi de ne pas rester cantonnés dans de l'animation de remise en forme :

# « Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Tapis, avec et sans accessoire ».

Ce programme est conçu pour durer 91 heures sur 6 mois. Son coût est de 2730,00 € TTC. Il s'articule en 4 niveaux. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent. L'axe central de cette formation étant la pratique et l'enseignement de la pratique, il sera demandé aux stagiaires de démontrer leur parfaite condition physique en suivant une séance de 1 heure de Pilates ML Concept. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels de l'enseignement du mouvement. Ils ont des connaissances en anatomie et en physiologique du système moteur, ainsi que des notions réelles de pédagogie et de psychopédagogie.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices du Pilates ML Concept pour en devenir des pratiquants avancés

 À enseigner régulièrement les exercices du Pilates ML Concept pour accumuler des expériences suffisantes pour devenir des enseignants performants

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite des savoirs spécifiques d'anatomie, de physiologie, de psychopédagogie, de 1h
- Une évaluation de pratique experte des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement performant des exercices, de 1h

Les stagiaires reçoivent à la fin de chaque stage, une attestation de formation par niveau, qui regroupe le nombre d'heures effectuées et les résultats de leurs évaluations.

Les stagiaires qui valident les 4 niveaux se voient décernés le titre de : « Instructeur Pilates ML Concept sur tapis, avec et sans accessoire »

		Nombre de stagiai	res par session : 6 minimum ; 12 maximum
Du 7 Janvier 2021 au 10 Janvier 2021		01	Du 19 Mars 2021 au 21 Mars 2021
Du 4 Février 2021 au 7 Février 2021	Stage niveau I	Stage niveau III	Du 16 Avril 2021 au 18 Avril 2021
Du 4 Mars 2021 au 7 Mars 2021		mveau m	Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021
Du 12 Février 2021 au 14 Février 2021	01	01	Du 23 Avril 2021 au 25 Avril 2021
Du 12 Mars 2021 au 14 Mars 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 21 Mai 2021 au 23 Mai 2021
Du 9 Avril 2021 au 11 Avril 2021	IIIVGau II	IIIVeau IV	Du 4 Juin 2021 au 6 Juin 2021

#### Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Reformer

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Reformer : Niveau 1 (uniquement pour les personnes ayant suivi l'intégralité de la formation sur Tapis, soit les 4 niveaux)	3	21	630€
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Reformer : Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630€
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Reformer : Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1 et 2)	3	21	630€
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Reformer : Niveau 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1, 2 et 3)	3	21	630€

<u>IMPORTANT</u>: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme est réservé uniquement aux éducateurs sportifs ayant suivi l'intégralité de la formation Pilates ML Concept sur tapis, les 4 niveaux et désireux d'enrichir leur registre pratique, technique et pédagogique, en s'initiant au travail spécifique sur Reformer :

# $\mbox{\tt $w$}$ Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Reformer $\mbox{\tt $w$}.$

Ce programme est conçu pour durer 84 heures sur 6 mois. Son coût est de 2520,00 € TTC. Il s'articule en 4 niveaux. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent. L'axe central de cette formation étant la pratique et l'enseignement de la pratique, il sera demandé aux stagiaires de démontrer leur parfaite condition physique en suivant une séance de 1 heure de Pilates ML Concept. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels de l'enseignement du mouvement. Ils ont des connaissances en anatomie et en physiologique du système moteur, ainsi que des notions réelles de pédagogie et de psychopédagogie.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices du Pilates ML Concept pour en devenir des pratiquants experts

 À enseigner régulièrement les exercices du Pilates ML Concept pour accumuler des expériences suffisantes pour devenir des enseignants performants

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serait toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs. Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite des savoirs spécifiques d'anatomie, de physiologie, de psychopédagogie, de 1h
- Une évaluation de pratique experte des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement performant des exercices, de 1h

Les stagiaires reçoivent à la fin de chaque stage, une attestation de formation par niveau, qui regroupe le nombre d'heures effectuées et les résultats de leurs évaluations.

Les stagiaires qui valident les 4 niveaux se voient décernés le titre de : « Instructeur Pilates ML Concept sur Reformer »

		Nombre de st	agiaires par session : 6 minimum ; 12 maximum
Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021	01	01	Du 25 Juin 2021 au 27 Juin 2021
Du 11 Juin 2021 au 13 Juin 2021	Stage niveau I	Stage niveau III	Du 3 Septembre 2021 au 5 Septembre 2021
Du 2 Juillet 2021 au 4 Juillet 2021	iliveau	Iliveau III	Du 1 Octobre 2021 au 3 Octobre 2021
Du 18 Juin 2021 au 20 Juin 2021	61	01	Du 10 Septembre 2021 au 12 Septembre 2021
Du 9 Juillet 2021 au 11 Juillet 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 8 Octobre 2021 au 10 Octobre 2021
Du 27 Août 2021 au 29 Août 2021	inveaun	i ii   iiiveau iv	Du 5 Novembre 2021 au 7 Novembre 2021

### Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Cadillac

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Cadillac : Niveau 1 (uniquement pour les personnes ayant suivi l'intégralité de la formation sur Tapis, soit les 4 niveaux)	3	21	630€
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Cadillac : Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630€
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Cadillac : Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1 et 2)	3	21	630€
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Cadillac : Niveau 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1, 2 et 3)	3	21	630€

<u>IMPORTANT</u>: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme est réservé uniquement aux éducateurs sportifs ayant suivi l'intégralité de la formation Pilates ML Concept sur tapis, les 4 niveaux et désireux d'enrichir leur registre pratique, technique et pédagogique, en s'initiant au travail spécifique sur Cadillac :

# « Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Cadillac ».

Ce programme est conçu pour durer 84 heures sur 6 mois. Son coût est de 2520,00 € TTC. Il s'articule en 4 niveaux. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent. L'axe central de cette formation étant la pratique et l'enseignement de la pratique, il sera demandé aux stagiaires de démontrer leur parfaite condition physique en suivant une séance de 1 heure de Pilates ML Concept. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels de l'enseignement du mouvement. Ils ont des connaissances en anatomie et en physiologique du système moteur, ainsi que des notions réelles de pédagogie et de psychopédagogie.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices du Pilates ML Concept pour en devenir des pratiquants experts

 À enseigner régulièrement les exercices du Pilates ML Concept pour accumuler des expériences suffisantes pour devenir des enseignants performants

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite des savoirs spécifiques d'anatomie, de physiologie, de psychopédagogie, de 1h
- Une évaluation de pratique experte des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement performant des exercices, de 1h

Les stagiaires reçoivent à la fin de chaque stage, une attestation de formation par niveau, qui regroupe le nombre d'heures effectuées et les résultats de leurs évaluations.

Les stagiaires qui valident les 4 niveaux se voient décerner le titre de : « Instructeur Pilates ML Concept sur Cadillac »

		Nombre de st	agiaires par session : 6 minimum ; 12 maximum
Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021		01	Du 25 Juin 2021 au 27 Juin 2021
Du 11 Juin 2021 au 13 Juin 2021	Stage niveau I	Stage niveau III	Du 3 Septembre 2021 au 5 Septembre 2021
Du 2 Juillet 2021 au 4 Juillet 2021	Iliveau i	Iliveau III	Du 1 Octobre 2021 au 3 Octobre 2021
Du 18 Juin 2021 au 20 Juin 2021	61	01	Du 10 Septembre 2021 au 12 Septembre 2021
Du 9 Juillet 2021 au 11 Juillet 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 8 Octobre 2021 au 10 Octobre 2021
Du 27 Août 2021 au 29 Août 2021	Iliveau II		Du 5 Novembre 2021 au 7 Novembre 2021

#### Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Chair

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Chair : Niveau 1 (uniquement pour les personnes ayant suivi l'intégralité de la formation sur Tapis, soit les 4 niveaux)	3	21	630€
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Chair : Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630€
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Chair : Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1 et 2)	3	21	630 €
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Chair : Niveau 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1, 2 et 3)	3	21	630€

<u>IMPORTANT</u>: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme est réservé uniquement aux éducateurs sportifs ayant suivi l'intégralité de la formation Pilates ML Concept sur tapis, les 4 niveaux et désireux d'enrichir leur registre pratique, technique et pédagogique, en s'initiant au travail spécifique sur Chair :

# «Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Chair».

Ce programme est conçu pour durer 84 heures sur 6 mois. Son coût est de 2520,00 € TTC. Il s'articule en 4 niveaux. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent. L'axe central de cette formation étant la pratique et l'enseignement de la pratique, il sera demandé aux stagiaires de démontrer leur parfaite condition physique en suivant une séance de 1 heure de Pilates ML Concept. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels de l'enseignement du mouvement. Ils ont des connaissances en anatomie et en physiologique du système moteur, ainsi que des notions réelles de pédagogie et de psychopédagogie.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices du Pilates ML Concept pour en devenir des pratiquants experts

 À enseigner régulièrement les exercices du Pilates ML Concept pour accumuler des expériences suffisantes pour devenir des enseignants performants

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite des savoirs spécifiques d'anatomie, de physiologie, de psychopédagogie, de 1h
- Une évaluation de pratique experte des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement performant des exercices, de 1h

Les stagiaires reçoivent à la fin de chaque stage, une attestation de formation par niveau, qui regroupe le nombre d'heures effectuées et les résultats de leurs évaluations.

Les stagiaires qui valident les 4 niveaux se voient décerner le titre de : « Instructeur Pilates ML Concept sur Chair ».

		Nombre de st	agiaires par session : 6 minimum ; 12 maximum
Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021	01	01	Du 25 Juin 2021 au 27 Juin 2021
Du 11 Juin 2021 au 13 Juin 2021	Stage niveau I	Stage niveau III	Du 3 Septembre 2021 au 5 Septembre 2021
Du 2 Juillet 2021 au 4 Juillet 2021	iliveau	Iliveau III	Du 1 Octobre 2021 au 3 Octobre 2021
Du 18 Juin 2021 au 20 Juin 2021			Du 10 Septembre 2021 au 12 Septembre 2021
Du 9 Juillet 2021 au 11 Juillet 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 8 Octobre 2021 au 10 Octobre 2021
Du 27 Août 2021 au 29 Août 2021	inveaun	i iliveau iv	Du 5 Novembre 2021 au 7 Novembre 2021





# **DESCRIPTIF PÉDAGOGIQUE**

#### **1. MAT**



Le Mat est un tapis de sol, spécialement conçu pour des exercices de Pilates, pour une grande liberté de mouvements, avec ou sans accessoires (petits matériels), équipé d'une sangle de maintien des pieds et de sécurisation, et permettant des roulades sécurisées sur la colonne vertébrale.

Le Mat permet un travail en petit collectif (5 à 8).

#### 2. REFORMER



Le Reformer est un appareil de Pilates consistant en un chariot coulissant sur des rails dans un pseudo-cadre de lit, avec des ressorts de différentes résistances, une barre de pieds, une têtière réglable, des reposes épaules, des sangles/poulies avec poignées pour mains/pieds. Des centaines d'exercices sont réalisables, toujours en « chaînes fermées » ou semi-fermées, pour la mobilisation articulaire très déchargée d'une réadaptation fonctionnelle, jusqu'au contrôle postural dynamique de mouvements acrobatiques, dans l'accompagnement d'appuis optimisés.

Le Reformer permet un travail en petit collectif (3 à 5).

#### 3. CADILLAC



La Cadillac ou Trapèze- table, est le plus grand des appareils de Pilates. Il consiste en une large table, encadrée comme un lit à baldaquin, permettant l'accroche de différents trapèzes/ressorts à résistances réglables. Cet appareil permet d'accueillir et de mettre en positions confortables de travail, des personnes à mobilité réduites et/ou souffrants de pathologies lourdes.

Il permet d'accompagner, en RDV privé, tout type de public, du nourrisson au 4 ème âge.





#### 4. CHAIR



La Chair est le plus petit des appareils de Pilates, ayant la forme d'une chaise. Il permet de réaliser des centaines d'exercices, toujours en « chaînes fermées » ou semi-fermées, pour une réadaptation fonctionnelle, ou bien encore l'accompagnement d'appuis optimisés, dans des situations d'équilibre et de surfaces de contact réduites. La Chair permet un travail en petit collectif (3 à 5).

#### 5. PED-O-PULL



Le Ped-o-Pull est une potence, équipée de ressorts à poignées pour les mains, permettant de travailler la posture dynamique debout ou semi-fléchie, en unipodal ou bipodal, dans le lien tonique aux articulations du membre supérieur et à la sphère céphalique. Cet outil est particulièrement efficace pour réhabiliter le lien postural entre les différentes courbes de la colonne vertébrale.

Pour travail en cours individuel.

#### 6. SPINE CORRECTOR



Le Spine Corrector consiste en un jeu de 3 demi-lunes de 3 différents diamètres, à placer à des endroits de la colonne vertébrale, afin de stimuler la profondeur des chaînes postérieures en lien avec la mobilité des ceintures scapulaires et pelviennes. Cet outil est particulièrement adapté dans la réhabilitation des pathologies vertébrales et des ceintures. Pour travail en cours individuel.





#### 7. HIGH BARREL



Le High Barrel est un appareil de Pilates permettant la mobilisation articulaire très déchargée d'une réadaptation fonctionnelle des différentes courbes de la colonne vertébrale, jusqu'au contrôle postural dynamique de mouvements acrobatiques, dans l'accompagnement d'appuis optimisés, en bipodal, unipodal, ou inversés.

Pour travail en cours individuel.

#### 8. LOW BARREL



Le Low Barrel est un appareil de Pilates permettant de réaliser la mobilisation articulaire des différentes courbes de la colonne vertébrale en lien avec la mobilisation des ceintures scapulaire et pelvienne en ouverture. Cet outil est particulièrement adapté à l'apprentissage de la stabilisation du centre de gravité.

Pour travail en cours individuel.

#### 9. WALL UNIT



La Wall Unit est le condensé d'une Cadillac, regroupé sur un mur et un tapis, permettant des exercices avec trapèzes principalement pour les membres supérieurs et avec ressorts pour les membres inférieurs. Comme la Cadillac, elle permet d'accueillir et de mettre en positions confortables de travail, des personnes à mobilité réduites et/ou souffrants de pathologies lourdes, mais elle permet un travail en petit groupe (3 à 5).





#### 10. POWER BALL



Accessoire emblématique du Pilates, le Power Ball s'utilise avec les exercices sur tapis. Il permet de travailler en chaîne fermée ou semifermée en plaçant le ballon à différents endroits du corps et ainsi développer une proprioception, c'est-à-dire un éveil, de la profondeur tissulaire à ces endroits.

Il permet un travail en petit collectif (5 à 8).

#### 11. MAGIC CIRCLE



Le Magic Circle est un ressort circulaire, accessoire du Pilates, permettant une adaptation des exercices, sur toutes les surfaces : Mat, Reformer, Cadillac, Wall unit, Barrel, etc...
Il permet un travail proprioceptif en petit collectif (3 à 8), facile à mettre en place.

#### 12. FOAM ROLLER



Le Foam Roller ou Frite, est un accessoire du Pilates qui s'utilise avec les exercices sur tapis. Il permet comme le Power Ball, de travailler en chaîne fermée ou semi fermée en plaçant la frite à différents endroits du corps et ainsi développer une proprioception c'est-à-dire un éveil de la profondeur tissulaire à ces endroits. Il permet un travail en petit collectif (5 à 8).

# Santé durable



# LES FORMATIONS À LA SANTÉ DURABLE







# **MASSEURS-KINÉSITHÉRAPEUTES**

#### LES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES

Les troubles musculo-squelettiques (TMS) regroupent des affections touchant les structures situées à la périphérie des articulations : Muscles, tendons, nerfs, ligaments, bourses séreuses, capsules articulaires, vaisseaux... Les parties du corps les plus fréquemment atteintes sont : le dos, les membres supérieurs (poignet, épaule, coude), plus rarement les membres inférieurs (genoux). Les TMS ont des causes multiples, mais l'activité professionnelle joue fréquemment un rôle dans leur survenue, leur maintien ou leur aggravation.

Parmi les TMS les plus fréquents, on peut citer :

- Les lombalgies
- Les cervicalgies
- Le syndrome du canal carpien au poignet
- L'épicondylite latérale

Moins fréquents, les TMS des membres inférieurs surviennent également. Le plus connu est l'hygroma du genou.

Les TMS: première cause d'indemnisation pour maladie professionnelle en France. Depuis 2003, les TMS ont augmenté de 60 %. En 2015, les TMS ont représenté plus de 87 % des maladies professionnelles ayant entraîné un arrêt de travail ou une réparation financière en raison de séquelles.

Leur croissance exponentielle, depuis le début des années 1990, crée un enjeu de santé publique majeur. Pour les salariés, l'enjeu principal réside dans les restrictions de participation sociale et professionnelle pouvant conduire à la précarité sociale.

L'activation posturale dynamique est la capacité du système nerveux à connecter aux mouvements volontaires, l'activité des muscles profonds posturaux, à en réguler le tonus à chaque instant, pour que l'axe du corps soit dans une énergie d'auto-grandissement, et que les articulations des membres s'ouvrent ou se réouvrent de façon proximo-distale. Il n'existe aucun trouble musculo-squelettique qui ne s'accompagne d'un déficit de l'activité posturale.

Le niveau d'activation posturale dynamique manifeste également l'état de développement du système neuro-végétatif. Il exprime l'efficacité des systèmes digestif et respiratoire. L'observation des patients qui développent des TMS fait apparaître un déficit de soutien psychologique, avec des niveaux de stress non contrôlés, chronicisés ou en passe de l'être, débouchant souvent sur une anxiété au travail. L'accompagnement dans l'activation posturale dynamique adaptée est susceptible d'accompagner chacun à son rythme vers une disponibilité psycho-émotionnelle augmentée. C'est ainsi un vecteur pertinent d'intégration sociale et d'optimisation professionnelle. La plupart des personnes arrivent à corriger ou à améliorer leur posture statique, parfois au prix d'efforts importants créant des surcharges toniques, mais lors de la mise en mouvement, cela devient beaucoup plus difficile.

Savoir observer les déficits posturaux individuels, savoir enseigner l'activation de la posture déficiente, pendant des motricités adaptées en décharge pour reprogrammer des schémas de mouvements, savoir construire des séances et des suites de séances adaptées d'activation posturale dynamique pour stabiliser les nouveaux schémas, représente une somme de savoirs et de savoir-faire qui fera du masseur kinésithérapeute un Praticien expert, par une approche innovante des TMS, qui laisse toute la place au patient pour son éducation thérapeutique.





# MASSEURS-KINÉSITHÉRAPEUTES

# L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique adaptée - Partie 1

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique adaptée : Partie 1 – Niveau 1	4	28	840 €
L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique adaptée : Partie 1 – Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630 €
L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique adaptée : Partie 1 – Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1 et 2)	3	21	630 €
L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique adaptée : Partie 1 – Niveau 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1, 2 et 3)	3	21	630 €

<u>IMPORTANT</u> : Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux masseurs kinésithérapeutes rééducateurs, infirmiers, professionnels de santé, désireux d'intégrer l'activation posturale dynamique adaptée et l'enseignement du mouvement naturel, comme outil innovant de l'accompagnement des personnes souffrant de TMS:

"L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique adaptée ML Concept - P1". Ce programme est conçu pour durer 91 heures sur 6 mois. Son coût est de 2730,00 € TTC. Il s'articule en 4 niveaux. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent. L'axe central de cette formation étant la pratique et l'enseignement de la pratique, il sera demandé aux stagiaires de démontrer leur parfaite condition physique en suivant une séance de 1 heure d'activation posturale dynamique ML Concept. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels de l'enseignement du mouvement. Ils ont des connaissances en anatomie et en physiologique du système moteur, ainsi que des notions réelles de pédagogie et de psychopédagogie.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

 À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation

- À pratiquer régulièrement les exercices du ML Concept pour en devenir des pratiquants réguliers
- À enseigner régulièrement les exercices du ML Concept pour accumuler des expériences suffisantes pour devenir des enseignants/thérapeutes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite des savoirs spécifiques d'anatomie, de physiologie, de psychopédagogie, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

	No	mbre de stagiaires p	par session : 6 minimum ; 12 maximum
Du 7 Janvier 2021 au 10 Janvier 2021	04	01	Du 19 Mars 2021 au 21 Mars 2021
Du 4 Février 2021 au 7 Février 2021	Stage niveau I	Stage niveau III	Du 16 Avril 2021 au 18 Avril 2021
Du 4 Mars 2021 au 7 Mars 2021	Iliveau i	IIIVeau III	Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021
Du 12 Février 2021 au 14 Février 2021	01	01	Du 23 Avril 2021 au 25 Avril 2021
Du 12 Mars 2021 au 14 Mars 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 21 Mai 2021 au 23 Mai 2021
Du 9 Avril 2021 au 11 Avril 2021		Iliveau IV	Du 4 Juin 2021 au 6 Juin 2021





# MASSEURS-KINÉSITHÉRAPEUTES

# L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique adaptée - Partie 2

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique : Partie 2 – Niveau 1 (uniquement pour les personnes ayant suivi les 4 niveaux de la Partie 1)	3	21	630 €
L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique : Partie 2 – Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630 €
L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique : Partie 2 – Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1 et 2)	3	21	630 €
L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique : Partie 2 – Niveau 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1, 2 et 3)	3	21	630 €

<u>IMPORTANT</u>: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux masseurs kinésithérapeutes rééducateurs, aux infirmiers, aux professionnels de santé, désireux d'intégrer l'activation posturale dynamique adaptée et l'enseignement du mouvement naturel, comme outil innovant de l'accompagnement des personnes souffrant de TMS.

"L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique adaptée ML Concept - P2". Ce programme est concu pour durer 84 heures sur 6 mois. Son coût est de 2520,00 € TTC. Il s'articule en 4 niveaux. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent. L'axe central de cette formation étant la pratique et l'enseignement de la pratique, il sera demandé aux stagiaires de démontrer leur parfaite condition physique en suivant une séance de 1 heure d'activation posturale dynamique ML Concept. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels de l'enseignement du mouvement. Ils ont des connaissances en anatomie et en physiologique du système moteur, ainsi que des notions réelles de pédagogie et de psychopédagogie.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

 À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation

- À pratiquer régulièrement les exercices du ML Concept pour en devenir des pratiquants réguliers
- À enseigner régulièrement les exercices du ML Concept pour accumuler des expériences suffisantes pour devenir des enseignants/thérapeutes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite des savoirs spécifiques d'anatomie, de physiologie, de psychopédagogie, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

		Nombre de stagiaires par session : 6 minimum ; 12 maximu		
Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021	01	01	Du 25 Juin 2021 au 27 Juin 2021	
Du 11 Juin 2021 au 13 Juin 2021	Stage niveau I	Stage Stage niveau III	Du 3 Septembre 2021 au 5 Septembre 2021	
Du 2 Juillet 2021 au 4 Juillet 2021	niveau ii		Du 1 Octobre 2021 au 3 Octobre 2021	
Du 18 Juin 2021 au 20 Juin 2021		01	Du 10 Septembre 2021 au 12 Septembre 2021	
Du 9 Juillet 2021 au 11 Juillet 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 8 Octobre 2021 au 10 Octobre 2021	
Du 27 Août 2021 au 29 Août 2021	IIIVeau II	IIIVeau IV	Du 5 Novembre 2021 au 7 Novembre 2021	





# MASSEURS-KINÉSITHÉRAPEUTES

# L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique adaptée - Partie 3

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique : Partie 3 – Niveau 1 (uniquement pour les personnes ayant suivi les 4 niveaux de la Partie 2)	3	21	630 €
L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique : Partie 3 – Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630 €
L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique : Partie 3 – Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1 et 2)	3	21	630 €
L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique : Partie 3 – Niveau 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1, 2 et 3)	3	21	630 €

<u>IMPORTANT</u>: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux masseurs kinésithérapeutes rééducateurs, aux infirmiers, aux professionnels de santé, désireux d'intégrer l'activation posturale dynamique adaptée et l'enseignement du mouvement naturel, comme outil innovant de l'accompagnement des personnes souffrant de TMS.

"L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique adaptée ML Concept - P3". Ce programme est concu pour durer 84 heures sur 6 mois. Son coût est de 2520,00 € TTC. Il s'articule en 4 niveaux. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent. L'axe central de cette formation étant la pratique et l'enseignement de la pratique, il sera demandé aux stagiaires de démontrer leur parfaite condition physique en suivant une séance de 1 heure d'activation posturale dynamique ML Concept. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels de l'enseignement du mouvement. Ils ont des connaissances en anatomie et en physiologique du système moteur, ainsi que des notions réelles de pédagogie et de psychopédagogie.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

 À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation

- À pratiquer régulièrement les exercices du ML Concept pour en devenir des pratiquants réguliers
- À enseigner régulièrement les exercices du ML Concept pour accumuler des expériences suffisantes pour devenir des enseignants/thérapeutes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite des savoirs spécifiques d'anatomie, de physiologie, de psychopédagogie, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

	1	Nombre de stagiaires pa	ar session : 6 minimum ; 12 maximum
Du 7 Janvier 2021 au 10 Janvier 2021	01	01	Du 19 Mars 2021 au 21 Mars 2021
Du 4 Février 2021 au 7 Février 2021	Stage niveau I	Stage niveau III	Du 16 Avril 2021 au 18 Avril 2021
Du 4 Mars 2021 au 7 Mars 2021	IIIVeau I	IIIVeau III	Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021
Du 12 Février 2021 au 14 Février 2021	01	01	Du 23 Avril 2021 au 25 Avril 2021
Du 12 Mars 2021 au 14 Mars 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 21 Mai 2021 au 23 Mai 2021
Du 9 Avril 2021 au 11 Avril 2021	IIIVeau II	IIIVeau IV	Du 4 Juin 2021 au 6 Juin 2021





# **MASSEURS-KINÉSITHÉRAPEUTES**

# L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique adaptée - Partie 4

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique : Partie 4 – Niveau 1 (uniquement pour les personnes ayant suivi les 4 niveaux de la Partie 3)	3	21	630 €
L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique : Partie 4 – Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630 €
L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique : Partie 4 – Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1 et 2)	3	21	630 €
L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique : Partie 4 – Niveau 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1, 2 et 3)	3	21	630 €

<u>IMPORTANT</u>: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux masseurs kinésithérapeutes rééducateurs, aux infirmiers, aux professionnels de santé, désireux d'intégrer l'activation posturale dynamique adaptée et l'enseignement du mouvement naturel, comme outil innovant de l'accompagnement des personnes souffrant de TMS.

"L'approche des troubles musculo-squelettiques depuis l'activation posturale dynamique adaptée ML Concept - P4". Ce programme est concu pour durer 84 heures sur 6 mois. Son coût est de 2520,00 € TTC. Il s'articule en 4 niveaux. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent. L'axe central de cette formation étant la pratique et l'enseignement de la pratique, il sera demandé aux stagiaires de démontrer leur parfaite condition physique en suivant une séance de 1 heure d'activation posturale dynamique ML Concept. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels de l'enseignement du mouvement. Ils ont des connaissances en anatomie et en physiologique du système moteur, ainsi que des notions réelles de pédagogie et de psychopédagogie.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

 À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation

- À pratiquer régulièrement les exercices du Pilates ML Concept pour en devenir des pratiquants réguliers
- À enseigner régulièrement les exercices du ML Concept pour accumuler des expériences suffisantes pour devenir des enseignants/thérapeutes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite des savoirs spécifiques d'anatomie, de physiologie, de psychopédagogie, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

Les stagiaires reçoivent à la fin de chaque stage, une attestation de formation par niveau, qui regroupe le nombre d'heures effectuées et les résultats de leurs évaluations.

Les stagiaires ayant validé les 4 parties de la formation se verront décerner le titre de : "Enseignant/thérapeute de l'activation posturale adaptée ML Concept"

		Nombre de stagiaires par session : 6 minimum ; 12 maximur	
Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021	01	01	Du 25 Juin 2021 au 27 Juin 2021
Du 11 Juin 2021 au 13 Juin 2021	niveau i 📗 niveau iii 🖂	Du 3 Septembre 2021 au 5 Septembre 2021	
Du 2 Juillet 2021 au 4 Juillet 2021		IIIVeau III	Du 1 Octobre 2021 au 3 Octobre 2021
Du 18 Juin 2021 au 20 Juin 2021	01	01	Du 10 Septembre 2021 au 12 Septembre 2021
Du 9 Juillet 2021 au 11 Juillet 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 8 Octobre 2021 au 10 Octobre 2021
Du 27 Août 2021 au 29 Août 2021	iiiveau ii	iliveau iv	Du 5 Novembre 2021 au 7 Novembre 2021





# **MASSEURS-KINÉSITHÉRAPEUTES**

### Remise en forme et santé durable par le Pilates ML Concept Pratique et enseignement sur Tapis

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
Remise en forme et santé durable par le Pilates ML Concept - Pratique et enseignement sur tapis : Niveau 1	4	28	840 €
Remise en forme et santé durable par le Pilates ML Concept - Pratique et enseignement sur tapis : Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630 €
Remise en forme et santé durable par le Pilates ML Concept - Pratique et enseignement sur tapis : Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1 et 2)	3	21	630 €
Remise en forme et santé durable par le Pilates ML Concept - Pratique et enseignement sur tapis : Niveau 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1, 2 et 3)	3	21	630 €

<u>IMPORTANT</u>: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux masseurs kinésithérapeutes rééducateurs, aux infirmiers, aux médecins et à l'ensemble des professionnels de santé, désireux de faire bénéficier à leur patientèle, des vertus préventives, éducatives et thérapeutiques des exercices de Pilates ML Concept sur tapis.

# "Remise en forme et Santé durable par le Pilates ML Concept".

Ce programme est conçu pour durer 91 heures sur 6 mois. Son coût est de 2730,00 € TTC. Il s'articule en 4 niveaux. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent. L'axe central de cette formation étant la pratique et l'enseignement de la pratique, il sera demandé aux stagiaires de démontrer leur parfaite condition physique en suivant une séance de 1 heure de Pilates ML Concept. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels motivés. Ils ont des connaissances en anatomie et en physiologique du système moteur, ainsi que des notions réelles de pédagogie et de psychopédagogie.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

 À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation

- À pratiquer régulièrement les exercices du ML Concept pour en devenir des pratiquants réguliers
- À enseigner régulièrement les exercices du ML Concept pour accumuler des expériences suffisantes pour devenir des enseignants/thérapeutes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite des savoirs spécifiques d'anatomie, de physiologie, de psychopédagogie, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

	Noi	mbre de stagiaires	par session : 3 minimum ; 6 maximum
Du 7 Janvier 2021 au 10 Janvier 2021	<b>0</b> 4	04	Du 19 Mars 2021 au 21 Mars 2021
Du 4 Février 2021 au 7 Février 2021	Stage niveau I	Stage niveau III	Du 16 Avril 2021 au 18 Avril 2021
Du 4 Mars 2021 au 7 Mars 2021	iliveau i	IIIVeau III	Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021
Du 12 Février 2021 au 14 Février 2021	<b>2</b> 1	04	Du 23 Avril 2021 au 25 Avril 2021
Du 12 Mars 2021 au 14 Mars 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 21 Mai 2021 au 23 Mai 2021
Du 9 Avril 2021 au 11 Avril 2021		iliveau iv	Du 4 Juin 2021 au 6 Juin 2021





# **OSTÉOPATHES - CHIROPRACTEURS - KINÉSITHÉRAPEUTES**

# Techniques ostéopathiques de mobilisations indirectes du squelette axial par l'intégration posturale dynamique Pratique et enseignement

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
Techniques ostéopathiques de mobilisations indirectes du squelette axial par l'intégration posturale dynamique. Pratique et enseignement : Niveau 1	4	28	840 €
Techniques ostéopathiques de mobilisations indirectes du squelette axial par l'intégration posturale dynamique. Pratique et enseignement : Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630 €
Techniques ostéopathiques de mobilisations indirectes du squelette axial par l'intégration posturale dynamique. Pratique et enseignement : Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1 et 2)	3	21	630 €
Techniques ostéopathiques de mobilisations indirectes du squelette axial par l'intégration posturale dynamique. Pratique et enseignement : Niveau 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1, 2 et 3)	3	21	630 €

<u>IMPORTANT</u>: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et préreguis

Ce programme s'adresse aux médecins ostéopathes, aux ostéopathes, aux chiropracteurs, aux masseurs kinésithérapeutes rééducateurs, désireux de mettre au service de leur patientèle, les vertus préventives, éducatives et thérapeutiques des techniques de mobilisation indirecte du squelette axial par l'intégration posturale dynamique.

Ce programme est conçu pour durer 91 heures sur 6 mois. Son coût est de 2730,00 € TTC. Il s'articule en 4 niveaux. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent. L'axe central de cette formation étant la pratique et l'enseignement de la pratique, il sera demandé aux stagiaires de démontrer leur parfaite condition physique en suivant une séance de 1 heure de Pilates ML Concept. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels motivés. Ils ont des connaissances en anatomie et en physiologique du système ostéo-myo-fascial.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices du ML Concept pour en devenir des pratiquants réguliers

 À enseigner régulièrement les exercices du ML Concept pour accumuler des expériences suffisantes pour devenir des enseignants/thérapeutes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs. Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite des savoirs spécifiques d'anatomie, de physiologie, de psychopédagogie, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

		Nombre de s	tagiaires par session: 3 minimum; 6 maximum
Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021	01	01	Du 25 Juin 2021 au 27 Juin 2021
Du 11 Juin 2021 au 13 Juin 2021	Stage Stage	Du 3 Septembre 2021 au 5 Septembre 2021	
Du 2 Juillet 2021 au 4 Juillet 2021	Iliveau	mveau m	Du 1 Octobre 2021 au 3 Octobre 2021
Du 18 Juin 2021 au 20 Juin 2021	01	01	Du 10 Septembre 2021 au 12 Septembre 2021
Du 9 Juillet 2021 au 11 Juillet 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 8 Octobre 2021 au 10 Octobre 2021
Du 27 Août 2021 au 29 Août 2021	IIIVeau II	IIIVeau IV	Du 5 Novembre 2021 au 7 Novembre 2021





# CHIRURGIENS DENTISTES - PROFESSIONNELS LIBÉRAUX

# Prévention des troubles musculosquelettiques par l'activation posturale dynamique adaptée Pratique et autonomie

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PÉRIODE	PRIX
Prévention des troubles musculosquelettiques par l'activation posturale dynamique adaptée. Pratique et autonomie	18	126	9 mois	3 780 €

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux Chirurgiens-dentistes, aux Chirurgiens, et à l'ensemble des professionnels libéraux dont le poste de travail est susceptible de générer des TMS. La pratique de l'activation posturale dynamique adaptée ML Concept, dirigée puis surveillée, et enfin en autonomie doit permettre la prévention des TMS, en même temps qu'éduquer une posture de travail plus sécurisée.

Ce programme est conçu pour durer 126 heures sur 9 mois. Il se compose de 18 jours de 7 heures. Son coût est de 3780,00 €. L'axe central de cette formation est la pratique, autour duquel s'articulent apports théoriques et méthodologiques. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels motivés. Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- · À pratiquer régulièrement les exercices du ML Concept pour en faire profit

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Pour valider la formation, il est nécessaire de réussir :

• Une évaluation de pratique en autonomie des exercices d'activation posturale dynamique ML Concept, de 1h Les stagiaires reçoivent à la fin du stage, une attestation de formation, qui regroupe le nombre d'heures effectuées et les résultats de leur évaluation.

	Nombre de stagiaires par session : 3 minimum ; 6 maximum
DATES DE FORMATION – 18 JOURS SUR 9 MOIS	
04/02/2021	25/02/2021
04/03/2021	25/02/2021
08/04/2021	22/04/2021
06/05/2021	20/05/2021
10/06/2021	17/06/2021
01/07/2021	08/07/2021
23/09/2021	30/09/2021
14/10/2021	21/10/2021
11/11/2021	18/11/2021





# MÉDECINS - MASSEURS-KINÉSITHÉRAPEUTES

## L'éducation respiratoire des asthmatiques par le Pilates ML Concept Pratique et enseignement

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
L'éducation respiratoire des asthmatiques par le Pilates ML Concept. Pratique et enseignement : Niveau 1	4	28	840 €
L'éducation respiratoire des asthmatiques par le Pilates ML Concept. Pratique et enseignement : Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630 €
L'éducation respiratoire des asthmatiques par le Pilates ML Concept. Pratique et enseignement : Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1 et 2)	3	21	630 €
L'éducation respiratoire des asthmatiques par le Pilates ML Concept. Pratique et enseignement : Niveau 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1, 2 et 3)	3	21	630 €

<u>IMPORTANT</u>: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux médecins, aux masseurs kinésithérapeutes rééducateurs, aux infirmiers, et à l'ensemble des professionnels soignants, désireux de mettre au service de leur patientèle "Asthmatique", les vertus préventives, éducatives et thérapeutiques du Pilates ML Concept.

Ce programme est conçu pour durer 91 heures sur 6 mois. Son coût est de 2730,00 € TTC. Il s'articule en 4 niveaux. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent. L'axe central de cette formation est la pratique et l'enseignement de la pratique, autour duquel s'articulent apports théoriques et méthodologiques. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels. Ils ont des connaissances en anatomie et en physiologie du système moteur, et du système respiratoire.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices du ML Concept pour en devenir des pratiquants réguliers

 À enseigner régulièrement les exercices du ML Concept pour accumuler des expériences suffisantes pour devenir des enseignants/thérapeutes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs. Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite des savoirs spécifiques d'anatomie, de physiologie, de psychopédagogie, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

	No	mbre de stagiaires ¡	par session: 3 minimum; 6 maximum
Du 7 Janvier 2021 au 10 Janvier 2021	01	01	Du 19 Mars 2021 au 21 Mars 2021
Du 4 Février 2021 au 7 Février 2021	Stage niveau I	Stage niveau III	Du 16 Avril 2021 au 18 Avril 2021
Du 4 Mars 2021 au 7 Mars 2021	iliveau i	IIIVeau III	Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021
Du 12 Février 2021 au 14 Février 2021	<b>0</b> 1	04	Du 23 Avril 2021 au 25 Avril 2021
Du 12 Mars 2021 au 14 Mars 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 21 Mai 2021 au 23 Mai 2021
Du 9 Avril 2021 au 11 Avril 2021	iliveau II	iliveau iv	Du 4 Juin 2021 au 6 Juin 2021





## **SAGES-FEMMES**

# L'approche des troubles de la statique pelvienne depuis la reprogrammation neuro-sensori-motrice des ceintures abdomino-pelvienne Pratique et enseignement

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
L'approche des troubles de la statique pelvienne depuis la reprogrammation neuro-sensori-motrice des ceintures abdomino-pelvienne. Pratique et enseignement : Niveau 1	4	28	840 €
L'approche des troubles de la statique pelvienne depuis la reprogrammation neuro-sensori-motrice des ceintures abdomino-pelvienne. Pratique et enseignement : Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630 €
L'approche des troubles de la statique pelvienne depuis la reprogrammation neuro-sensori-motrice des ceintures abdomino-pelvienne. Pratique et enseignement : Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1 et 2)	3	21	630 €

<u>IMPORTANT</u> : Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux sages-femmes, aux masseurs kinésithérapeutes rééducateurs, et à l'ensemble des professionnels soignants, désireux d'avoir une approche originale des troubles de la statique pelvienne. La rééducation en post-partum et l'approche des prolapsus, depuis une réorganisation programmée des tensions de la sphère abdomino-pelvienne.

Ce programme est conçu pour durer 70 heures sur 6 mois. Son coût est de 2100,00 € TTC. Il s'articule en 3 niveaux. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent. L'axe central de cette formation est la pratique et l'enseignement de la pratique, autour duquel s'articule apports théoriques et méthodologiques. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels motivés. Ils ont des connaissances en anatomie et en physiologique.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices, pour en sentir les effets immédiats et retardés

• À enseigner régulièrement les exercices, pour accumuler des expériences suffisantes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite des savoirs spécifiques d'anatomie, de physiologie, de psychopédagogie, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

		Nombre de stagiaires par session : 3 minimum ; 6 maximum		
Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021		01	Du 25 Juin 2021 au 27 Juin 2021	
Du 11 Juin 2021 au 13 Juin 2021	Stage niveau I	Stage niveau III	Du 3 Septembre 2021 au 5 Septembre 2021	
Du 2 Juillet 2021 au 4 Juillet 2021	iliveau	IIIVeau III	Du 1 Octobre 2021 au 3 Octobre 2021	
Du 18 Juin 2021 au 20 Juin 2021	01	01	Du 10 Septembre 2021 au 12 Septembre 2021	
Du 9 Juillet 2021 au 11 Juillet 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 8 Octobre 2021 au 10 Octobre 2021	
Du 27 Août 2021 au 29 Août 2021	i iiiveau ii	IIIVeau IV	Du 5 Novembre 2021 au 7 Novembre 2021	





## **PSYCHOMOTRICIENS**

## Répertoire d'exercices de psychomotricité Pratique et enseignement

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
Répertoire d'exercices de psychomotricité. Pratique et enseignement : Niveau 1	4	28	840 €
Répertoire d'exercices de psychomotricité. Pratique et enseignement : Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630 €
Répertoire d'exercices de psychomotricité. Pratique et enseignement : Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1 et 2)	3	21	630 €
Répertoire d'exercices de psychomotricité. Pratique et enseignement : Niveau 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1, 2 et 3)	3	21	630 €

<u>IMPORTANT</u> : Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux Psychomotriciens, désireux d'enrichir leur registre technique, en intégrant des exercices de ML Concept, des suites d'exercices adaptés, le bienfondé de leur enseignement, et de constater les effets immédiats et retardés de cette pratique en psychomotricité.

Ce programme est conçu pour durer 91 heures sur 6 mois. Son coût est de 2730,00 € TTC. Il s'articule en 4 niveaux. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent. L'axe central de cette formation est la pratique et l'enseignement de la pratique, autour duquel s'articule apports théoriques et méthodologiques. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels motivés. Ils ont des connaissances en anatomie et en physiologique du système moteur, et en psycho-pédagogie.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices, pour en sentir les effets immédiats et retardés
- À enseigner régulièrement les exercices, pour accumuler des expériences suffisantes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite de programmation d'exercices adaptés, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

	Noi	mbre de stagiaires	par session : 3 minimum ; 6 maximum
Du 7 Janvier 2021 au 10 Janvier 2021	01	01	Du 19 Mars 2021 au 21 Mars 2021
Du 4 Février 2021 au 7 Février 2021	Stage niveau I	Stage niveau III	Du 16 Avril 2021 au 18 Avril 2021
Du 4 Mars 2021 au 7 Mars 2021	iliveau i	IIIVeau III	Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021
Du 12 Février 2021 au 14 Février 2021	01	01	Du 23 Avril 2021 au 25 Avril 2021
Du 12 Mars 2021 au 14 Mars 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 21 Mai 2021 au 23 Mai 2021
Du 9 Avril 2021 au 11 Avril 2021	iliveau II	iliveau iv	Du 4 Juin 2021 au 6 Juin 2021





## PSYCHIATRES - PSYCHOLOGUES - PSYCHOTHÉRAPEUTES - PSYCHANALYSTES

## L'approche du cercle vicieux somato-psychique par le ML Concept Pratique et enseignement

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
L'approche du cercle vicieux somato-psychique par le ML Concept	7	49	1 470 €
Pratique et enseignement	,	43	14706

### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux Psychologues, aux Psychothérapeutes, aux Psychanalystes, aux Psychiatres, et l'ensemble des professionnels de santé, désireux de mettre au service de leur patientèle, les vertus éducatives et thérapeutiques de l'enseignement du mouvement naturel adaptée, dans l'accompagnement des psychopathologies.

Ce programme est conçu pour durer 49 heures sur 7 jours. Son coût est de 1470,00 €.

L'axe central de cette formation est la pratique et l'enseignement de la pratique, autour duquel s'articule apports théoriques et méthodologiques. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels motivés. Ils ont des connaissances en neuro-anatomie, en physiopathologie, et en psycho-pédagogie.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices, pour en sentir les effets immédiats et retardés
- À enseigner régulièrement les exercices, pour accumuler des expériences suffisantes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite de programmation d'exercices adaptés, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h

		Nombre de stagiaires par sessi	on: 3 minimum; 6 maximum
DATES DE FORMATION -	7 JOURS		
08/01/2021	15/01/2021	22/01/2021	29/01/2021
05/02/2021	12/02/2021	19/02/2021	





## PSYCHIATRES - PSYCHOLOGUES - PSYCHOTHÉRAPEUTES - PSYCHANALYSTES

## Approche somatique des psychopathologies L'enseignement du mouvement naturel dans l'accompagnement psychothérapeutique Pratique et enseignement

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
Approche somatique des psychopathologies. L'enseignement du mouvement naturel dans l'accompagnement psychothérapeutique. Pratique et enseignement : Niveau 1	4	28	840 €
Approche somatique des psychopathologies. L'enseignement du mouvement naturel dans l'accompagnement psychothérapeutique. Pratique et enseignement : Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630 €
Approche somatique des psychopathologies. L'enseignement du mouvement naturel dans l'accompagnement psychothérapeutique. Pratique et enseignement : Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1 et 2)	3	21	630 €
Approche somatique des psychopathologies. L'enseignement du mouvement naturel dans l'accompagnement psychothérapeutique. Pratique et enseignement : Niveau 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1, 2 et 3)	3	21	630 €

<u>IMPORTANT</u>: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux Psychologues, aux Psychothérapeutes, aux Psychanalystes, aux Psychiatres, désireux de mettre au service de leur patientèle, les vertus éducatives et thérapeutiques de l'enseignement du mouvement naturel adaptée, dans l'accompagnement des psychopathologies. Pratique et enseignement.

Ce programme est conçu pour durer 91 heures sur 6 mois. Son coût est de 2730,00 € TTC. Il s'articule en 4 niveaux. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent. L'axe central de cette formation est la pratique et l'enseignement de la pratique, autour duquel s'articule apports théoriques et méthodologiques. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels motivés. Ils ont des connaissances en neuroanatomie, en physiopathologie, et en psycho-pédagogie.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices, pour en sentir les effets immédiats et retardés

 À enseigner régulièrement les exercices, pour accumuler des expériences suffisantes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs. Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite de programmation d'exercices adaptés, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

	Noi	mbre de stagiaires	par session: 3 minimum; 6 maximum
Du 7 Janvier 2021 au 10 Janvier 2021	01	01	Du 19 Mars 2021 au 21 Mars 2021
Du 4 Février 2021 au 7 Février 2021	Stage niveau I	Stage niveau III	Du 16 Avril 2021 au 18 Avril 2021
Du 4 Mars 2021 au 7 Mars 2021	Iliveau i	IIIVeau III	Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021
Du 12 Février 2021 au 14 Février 2021	01	<b>2</b> 4	Du 23 Avril 2021 au 25 Avril 2021
Du 12 Mars 2021 au 14 Mars 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 21 Mai 2021 au 23 Mai 2021
Du 9 Avril 2021 au 11 Avril 2021	IIIVeau II	IIIVeau IV	Du 4 Juin 2021 au 6 Juin 2021





# LES FORMATIONS À LA PERFORMANCE







# PRÉPARATEURS PHYSIQUE

# Optimisation de la performance physique depuis le changement de référence productrice d'actions – Partie 1

		HEUKES	PÉRIODE	PRIX
Optimisation de la performance physique depuis le changement de référence productrice d'actions : Partie 1	20	140	6 mois	4 200€

<u>IMPORTANT</u>: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des parties pour suivre cette formation. En revanche, les parties 2, 3 et 4 sont accessibles uniquement aux personnes ayant suivi la partie 1.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux Enseignants des activités physiques, Professeurs de sport, Entraineurs, Préparateurs physiques, Coachs sportifs, Éducateurs sportifs, Chorégraphes, désireux d'aborder l'accompagnement de la performance physique de façon originale et performante. Le changement de référence productrice d'action se produit en accompagnement le pratiquant dans l'écoute, l'éveil, la focalisation, la stabilisation de repères proprioceptifs accrus égocentrés. La production de mouvement ne se fait plus depuis une augmentation du tonus d'action de certains muscles, mais depuis une diminution de la rétention du poids.

Ce programme est conçu pour durer 140 heures sur 6 mois. Son coût est de 4200,00 €. Il se compose de 20 jours de 7 heures. Il s'articule en 4 parties. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, les parties 2,3,4 sont accessibles uniquement aux stagiaires ayant valider la partie 1. L'axe central de cette formation est la pratique et l'enseignement de la pratique, autour duquel s'articule apports théoriques et méthodologiques. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels motivés. Ils ont des connaissances en anatomie, en physiologique du système moteur, et en psychopédagogie.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices, pour en sentir les effets immédiats et retardés
- À enseigner régulièrement les exercices, pour accumuler des expériences suffisantes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite de programmation d'exercices adaptés, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

		Nombre de s	stagiaires par session: 3	minimum; 6 maximum		
DATES DE FORMATION – 20 JOURS SUR 6 MOIS						
08/01/2021	15/01/2021	22/01/2021	29/01/2021			
05/02/2021	12/02/2021	19/02/2021	26/02/2021			
05/03/2021	12/03/2021	19/03/2021	26/03/2021			
02/04/2021	09/04/2021	16/04/2021	23/04/2021	30/04/2021		
28/05/2021						
04/06/2021	11/06/2021					





# PRÉPARATEURS PHYSIQUE

# Optimisation de la performance physique depuis le changement de référence productrice d'actions – Partie 2

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PÉRIODE	PRIX
Optimisation de la performance physique depuis le changement de référence productrice d'actions : Partie 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi la Partie 1)	15	105	4 mois	3 150€
IMPORTANT : Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des parties pour suivre cette formation. En revanche, les parties 2, 3 et 4 sont accessibles uniquement aux personnes ayant suivi la partie 1.				

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux Enseignants des activités physiques, Professeurs de sport, Entraineurs, Préparateurs physiques, Coachs sportifs, Éducateurs sportifs, Chorégraphes, désireux d'aborder l'accompagnement de la performance physique de façon originale et performante. Le changement de référence productrice d'action se produit en accompagnement le pratiquant dans l'écoute, l'éveil, la focalisation, la stabilisation de repères proprioceptifs accrus égocentrés. La production de mouvement ne se fait plus depuis une augmentation du tonus d'action de certains muscles, mais depuis une diminution de la rétention du poids. Ce programme est conçu pour durer 105 heures sur 4 mois. Son coût est de 3150,00 €. Il se compose de 15 jours de 7 heures. Il s'articule en 4 parties. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, les parties 2,3,4 sont accessibles uniquement aux stagiaires ayant valider la partie 1. L'axe central de cette formation est la pratique et l'enseignement de la pratique, autour duquel s'articule apports théoriques et méthodologiques. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels motivés. Ils ont des connaissances en anatomie, en physiologique du système moteur, et en psycho-pédagogie.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices, pour en sentir les effets immédiats et retardés
- · À enseigner régulièrement les exercices, pour accumuler des expériences suffisantes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite de programmation d'exercices adaptés, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

	N	lombre de stagiaires par sessi	on: 3 minimum; 6 maximum
DATES DE FORMATION -	5 JOURS SUR 4 MOIS		
07/01/2021	14/01/2021	21/01/2021	28/01/2021
04/02/2021	11/02/2021	18/02/2021	25/02/2021
04/03/2021	11/03/2021	18/03/2021	25/03/2021
01/04/2021	08/04/2021	15/04/2021	





# PRÉPARATEURS PHYSIQUE

# Optimisation de la performance physique depuis le changement de référence productrice d'actions – Partie 3

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PÉRIODE	PRIX	
Optimisation de la performance physique depuis le changement de référence productrice d'actions : Partie 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi la Partie 1)	15	105	4 mois	3 150€	
IMPORTANT : Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des parties pour suivre cette formation. En revanche, les parties 2, 3 et 4 sont accessibles uniquement aux personnes ayant suivi la partie 1.					

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux Enseignants des activités physiques, Professeurs de sport, Entraineurs, Préparateurs physiques, Coachs sportifs, Éducateurs sportifs, Chorégraphes, désireux d'aborder l'accompagnement de la performance physique de façon originale et performante. Le changement de référence productrice d'action se produit en accompagnement le pratiquant dans l'écoute, l'éveil, la focalisation, la stabilisation de repères proprioceptifs accrus égocentrés. La production de mouvement ne se fait plus depuis une augmentation du tonus d'action de certains muscles, mais depuis une diminution de la rétention du poids. Ce programme est conçu pour durer 105 heures sur 4 mois. Son coût est de 3150,00 €. Il se compose de 15 jours de 7 heures. Il s'articule en 4 parties. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, les parties 2,3,4 sont accessibles uniquement aux stagiaires ayant valider la partie 1. L'axe central de cette formation est la pratique et l'enseignement de la pratique, autour duquel s'articule apports théoriques et méthodologiques. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels motivés. Ils ont des connaissances en anatomie, en physiologique du système moteur, et en psycho-pédagogie.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices, pour en sentir les effets immédiats et retardés
- · À enseigner régulièrement les exercices, pour accumuler des expériences suffisantes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite de programmation d'exercices adaptés, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

		Nombre de stagiaires par sessi	on: 3 minimum; 6 maximum
DATES DE FORMATION -	15 JOURS SUR 4 MOIS		
08/01/2021	15/01/2021	22/01/2021	29/01/2021
05/02/2021	12/02/2021	19/02/2021	26/02/2021
05/03/2021	12/03/2021	19/03/2021	26/03/2021
02/04/2021	09/04/2021	16/04/2021	





# PRÉPARATEURS PHYSIQUE

# Optimisation de la performance physique depuis le changement de référence productrice d'actions – Partie 4

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PÉRIODE	PRIX	
Optimisation de la performance physique depuis le changement de référence productrice d'actions : Partie 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi la Partie 1)	15	105	4 mois	3 150€	
IMPORTANT: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des parties pour suivre cette formation. En revanche, les parties 2, 3 et 4 sont accessibles uniquement aux personnes ayant suivi la partie 1.					

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux Enseignants des activités physiques, Professeurs de sport, Entraineurs, Préparateurs physiques, Coachs sportifs, Éducateurs sportifs, Chorégraphes, désireux d'aborder l'accompagnement de la performance physique de façon originale et performante. Le changement de référence productrice d'action se produit en accompagnement le pratiquant dans l'écoute, l'éveil, la focalisation, la stabilisation de repères proprioceptifs accrus égocentrés. La production de mouvement ne se fait plus depuis une augmentation du tonus d'action de certains muscles, mais depuis une diminution de la rétention du poids. Ce programme est conçu pour durer 105 heures sur 4 mois. Son coût est de 3150,00 €. Il se compose de 15 jours de 7 heures. Il s'articule en 4 parties. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, les parties 2,3,4 sont accessibles uniquement aux stagiaires ayant valider la partie 1. L'axe central de cette formation est la pratique et l'enseignement de la pratique, autour duquel s'articule apports théoriques et méthodologiques. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels motivés. Ils ont des connaissances en anatomie, en physiologique du système moteur, et en psycho-pédagogie.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices, pour en sentir les effets immédiats et retardés
- · À enseigner régulièrement les exercices, pour accumuler des expériences suffisantes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite de programmation d'exercices adaptés, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

	N	lombre de stagiaires par sessi	on: 3 minimum; 6 maximum
DATES DE FORMATION -	15 JOURS SUR 4 MOIS		
07/01/2021	14/01/2021	21/01/2021	28/01/2021
04/02/2021	11/02/2021	18/02/2021	25/02/2021
04/03/2021	11/03/2021	18/03/2021	25/03/2021
01/04/2021	08/04/2021	15/04/2021	





## ARTISTES PROFESSIONNELS ET COACHS

# La performance artistique et la gestion du stress de la création par l'activation posturale dynamique adaptée Pratique et enseignement

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PÉRIODE	PRIX
La performance artistique et la gestion du stress de la création par l'activation posturale dynamique adaptée. Pratique et enseignement : Niveau 1	13	91	4 mois	2 730 €
Force et endurance dans la performance artistique par l'activation posturale dynamique adaptée. La gestion du stress de la création par la disponibilité émotionnelle augmentée. Pratique et enseignement : Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	12	84	3 mois	2 520 €

<u>IMPORTANT</u>: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux Artistes professionnels, aux enseignants des activités artistiques, au coachs, désireux d'optimiser la performance artistique depuis la gestion du stress de la création. La libération psycho-émotionnelle très progressive est ici envisagée depuis la modification des appuis. La modification des appuis se fait par le savoir activer la posture en mouvement, lors d'exercices du ML Concept adaptés. Deux niveaux :

- Niveau 1 : 13 Jours de 7 heures. 91 heures sur 4 mois. 2730,00 €
- Niveau 2: 12 Jours de 7 heures. 84 heures sur 3 mois. 2520,00 €

Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, le niveau 2 est accessible uniquement aux stagiaires ayant valider le niveau 1. L'axe central de cette formation est la pratique et l'enseignement de la pratique, autour duquel s'articule apports théoriques et méthodologiques. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels motivés.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices, pour en sentir les effets immédiats et retardés
- À enseigner régulièrement les exercices, pour accumuler des expériences suffisantes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite de programmation d'exercices adaptés, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

			Nombre de stagiaires	s par session : 3 mini	mum ; 6 maximum
07/01/2021	25/02/2021			08/01/2021	26/02/2021
14/01/2021	04/03/2021	DATES NIVEAU 1		15/01/2021	05/03/2021
21/01/2021	11/03/2021			22/01/2021	12/03/2021
27/01/2021	18/03/2021		DATES NIVEAU 2	29/01/2021	19/03/2021
04/02/2021	25/03/2021		NIVLAU 2	05/02/2021	26/03/2021
11/02/2021	01/04/2021			12/02/2021	 
18/02/2021				19/02/2021	





# PRÉPARATEURS MENTAUX

## La performance mentale et la gestion du stress par l'activation posturale dynamique adaptée Pratique et enseignement

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PÉRIODE	PRIX
La performance mentale et la gestion du stress par l'activation posturale dynamique adaptée. Pratique et enseignement : Niveau 1	13	91	4 mois	2 730 €
Force et endurance dans la performance mentale par l'activation posturale dynamique adaptée. La gestion du stress par la disponibilité mentale augmentée.  Pratique et enseignement : Niveau 2  (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	12	84	3 mois	2 520 €

<u>IMPORTANT</u>: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux Professionnels et accompagnants de la performance mentale, aux Coachs, désireux d'optimiser la performance mentale depuis la gestion du stress. L'augmentation de la disponibilité mentale, très progressive est ici envisagée depuis la modification des appuis. La modification des appuis se fait par le savoir activer la posture en mouvement, lors d'exercices du ML Concept adaptés. Deux niveaux :

- Niveau 1 : 13 Jours de 7 heures. 91 heures sur 4 mois. 2730,00 €
- Niveau 2 : 12 Jours de 7 heures. 84 heures sur 3 mois. 2520,00 €

Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, le niveau 2 est accessible uniquement aux stagiaires ayant valider le niveau 1. L'axe central de cette formation est la pratique et l'enseignement de la pratique, autour duquel s'articule apports théoriques et méthodologiques. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels motivés.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices, pour en sentir les effets immédiats et retardés
- À enseigner régulièrement les exercices, pour accumuler des expériences suffisantes

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite de programmation d'exercices adaptés, de 1h
- · Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

			Nombre de stagiaires	s par session : 3 mini	mum ; 6 maximum
07/01/2021	25/02/2021			08/01/2021	26/02/2021
14/01/2021	04/03/2021			15/01/2021	05/03/2021
21/01/2021	11/03/2021			22/01/2021	12/03/2021
27/01/2021	18/03/2021	DATES NIVEAU 1	DATES NIVEAU 2	29/01/2021	19/03/2021
04/02/2021	25/03/2021	MIVEAU	MIVEAU 2	05/02/2021	26/03/2021
11/02/2021	01/04/2021			12/02/2021	
18/02/2021				19/02/2021	

# ntégration sociale



# LES FORMATIONS À L'INTÉGRATION SOCIALE





# LISTE DES FORMATIONS INTÉGRATION SOCIALE ML CONCEPT



## TRAVAILLEURS SOCIAUX - DRH - DIRIGEANTS

## Les bases de la pratique et de l'enseignement du Pilates ML Concept pour l'Intégration sociale Pratique et enseignement

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
Les bases de la pratique et de l'enseignement du Pilates ML Concept pour l'Intégration sociale. Pratique et enseignement : Niveau 1	4	28	840 €
Les bases de la pratique et de l'enseignement du Pilates ML Concept pour l'Intégration sociale. Pratique et enseignement : Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630 €
Les bases de la pratique et de l'enseignement du Pilates ML Concept pour l'Intégration sociale. Pratique et enseignement : Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1 et 2)	3	21	630 €
Les bases de la pratique et de l'enseignement du Pilates ML Concept pour l'Intégration sociale. Pratique et enseignement : Niveau 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1, 2 et 3)	3	21	630 €

<u>IMPORTANT</u>: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et préreguis

Ce programme s'adresse aux Assistantes de service social, aux Éducateurs spécialisés, à l'ensemble des Travailleurs sociaux, aux DRH, aux Dirigeants d'entreprises, désireux d'optimiser l'intégration sociale, dans le cadre de l'entreprise ou en dehors, par l'approche moderne et pertinente du « développement du lien psycho-myofascial ». Quatre Niveaux :

- Niveau 1 : 4 Jours de 7 heures. 28 heures. 840,00 €
- Niveau 2 : 3 Jours de 7 heures. 21 heures. 630,00 €
- Niveau 3 : 3 Jours de 7 heures. 21 heures. 630,00 €
- Niveau 4 : 3 Jours de 7 heures. 21 heures. 630,00 €

Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant valider les niveaux précédents. L'axe central de cette formation est la pratique et l'enseignement de la pratique, autour duquel s'articule apports théoriques et méthodologiques. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels motivés.

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite de programmation d'exercices adaptés, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

		Nombre de stagia	ires par session : 6 minimum ; 12 maximum
Du 7 Janvier 2021 au 10 Janvier 2021	•		Du 19 Mars 2021 au 21 Mars 2021
Du 4 Février 2021 au 7 Février 2021	Stage niveau I	Stage niveau III	Du 16 Avril 2021 au 18 Avril 2021
Du 4 Mars 2021 au 7 Mars 2021	iliveau i	iliveau ili	Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021
Du 12 Février 2021 au 14 Février 2021	01	04	Du 23 Avril 2021 au 25 Avril 2021
Du 12 Mars 2021 au 14 Mars 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 21 Mai 2021 au 23 Mai 2021
Du 9 Avril 2021 au 11 Avril 2021	iliveau ii	iliveau iv	Du 4 Juin 2021 au 6 Juin 2021



# LISTE DES FORMATIONS INTÉGRATION SOCIALE ML CONCEPT



## TRAVAILLEURS SOCIAUX - DRH - DIRIGEANTS

# La santé au travail par l'enseignement du mouvement naturel Pratique et enseignement du ML Concept

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
La santé au travail par L'enseignement du mouvement naturel Pratique et enseignement du ML Concept : Niveau 1	4	28	840 €
La santé au travail par L'enseignement du mouvement naturel Pratique et enseignement du ML Concept : Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630 €
La santé au travail par L'enseignement du mouvement naturel Pratique et enseignement du ML Concept : Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1 et 2)	3	21	630 €
La santé au travail par L'enseignement du mouvement naturel Pratique et enseignement du ML Concept : Niveau 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1, 2 et 3)	3	21	630 €

<u>IMPORTANT</u>: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Quatre niveaux:

Ce programme s'adresse aux Assistantes de service social, aux Éducateurs spécialisés, à l'ensemble des Travailleurs sociaux, aux DRH, aux Dirigeants d'entreprises, désireux d'accompagner la santé au travail par une approche moderne et pertinente, du « développement du lien psycho-myofascial » : Le ML Concept.

- Niveau 1 : 4 Jours de 7 heures. 28 heures. 840,00 €
- Niveau 2 : 3 Jours de 7 heures. 21 heures. 630,00 €
- Niveau 3 : 3 Jours de 7 heures. 21 heures. 630,00 €
- Niveau 4 : 3 Jours de 7 heures. 21 heures. 630,00 €

Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant valider les niveaux précédents. L'axe central de cette formation est la pratique et l'enseignement de la pratique, autour duquel s'articule apports théoriques et méthodologiques. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels motivés.

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite de programmation d'exercices adaptés, de 1h
- Une évaluation de pratique des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement des exercices, de 1h

		Nombre	e de stagiaires par session : 6 minimum ; 12 maximum	
Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021		6	Du 25 Juin 2021 au 27 Juin 2021	
Du 11 Juin 2021 au 13 Juin 2021	Stage niveau I	Stage niveau III	Du 3 Septembre 2021 au 5 Septembre 2021	
Du 2 Juillet 2021 au 4 Juillet 2021	iliveau i	iliveau ili	Du 1 Octobre 2021 au 3 Octobre 2021	
Du 18 Juin 2021 au 20 Juin 2021		01	Du 10 Septembre 2021 au 12 Septembre 2021	
Du 9 Juillet 2021 au 11 Juillet 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 8 Octobre 2021 au 10 Octobre 2021	
Du 27 Août 2021 au 29 Août 2021	iliveau ii	IIIVeau IV	Du 5 Novembre 2021 au 7 Novembre 2021	



# LISTE DES FORMATIONS INTÉGRATION SOCIALE ML CONCEPT

# TRAVAILLEURS SOCIAUX - DRH - DIRIGEANTS

# Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Tapis, avec et sans accessoire

INTITULÉ DE LA FORMATION	JOURS	HEURES	PRIX
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur tapis : Niveau 1	4	28	840 €
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur tapis : Niveau 2 (uniquement pour les personnes ayant suivi le Niveau 1)	3	21	630 €
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur tapis : Niveau 3 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1 et 2)	3	21	630 €
Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur tapis : Niveau 4 (uniquement pour les personnes ayant suivi les Niveaux 1, 2 et 3)	3	21	630 €

<u>IMPORTANT</u>: Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent.

#### Publics visés et prérequis

Ce programme s'adresse aux Assistantes de service social, aux Éducateurs spécialisés, à l'ensemble des Travailleurs sociaux, aux DRH, aux Dirigeants d'entreprises, désireux d'encourager le développement du lien social, des personnes qu'ils accompagnent, par la pratique et l'enseignement du Pilates ML Concept.

# « Le Pilates ML Concept, pratique et enseignement sur Tapis, avec et sans accessoire ».

Ce programme est conçu pour durer 91 heures sur 6 mois. Son coût est de 2730,00 € TTC. Il s'articule en 4 niveaux. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'ensemble des stages pour suivre cette formation. En revanche, chaque niveau est accessible uniquement aux stagiaires ayant validé le niveau précédent. L'axe central de cette formation étant la pratique et l'enseignement de la pratique, il sera demandé aux stagiaires de démontrer leur parfaite condition physique en suivant une séance de 1 heure de Pilates ML Concept. Les stagiaires reçus en formation sont tous des professionnels motivés.

Les stagiaires reçus en formation devront pouvoir consacrer du temps, en dehors des heures de stage :

- À l'intégration des données théoriques proposées dans la formation
- À pratiquer régulièrement les exercices du Pilates ML Concept pour en devenir des pratiquants avancés

 À enseigner régulièrement les exercices du Pilates ML Concept pour accumuler des expériences suffisantes pour devenir des enseignants performants

Nos conseillers sauront vous accompagner, en fonction de votre situation professionnelle particulière, dans le choix du nombre de stages, et de leurs planifications sur une ou plusieurs années. Si votre projet change en cours de route vous serez toujours libre de modifier votre parcours qui reste personnalisable à 100%.

#### Suivi, évaluation et validation de la formation

Pour être validée, la formation doit être suivie assidument par les stagiaires. Des feuilles d'émargement sont signées pour chaque demi-journée par les stagiaires présents et par les formateurs.

Trois évaluations sont nécessaires pour valider la formation :

- Une évaluation écrite des savoirs spécifiques d'anatomie, de physiologie, de psychopédagogie, de 1h
- Une évaluation de pratique experte des exercices, de 1h
- Une évaluation d'enseignement performant des exercices, de 1h

Les stagiaires reçoivent à la fin de chaque stage, une attestation de formation par niveau, qui regroupe le nombre d'heures effectuées et les résultats de leurs évaluations.

Les stagiaires qui valident les 4 niveaux se voient décernés le titre de : « Instructeur Pilates ML Concept sur tapis, avec et sans accessoire ».

		Nombre de stagiaires par session : 6 minimum ; 12 maximum		
Du 7 Janvier 2021 au 10 Janvier 2021	Stage niveau l	04	Du 19 Mars 2021 au 21 Mars 2021	
Du 4 Février 2021 au 7 Février 2021		VEIDE VIIVI	Stage niveau III	Du 16 Avril 2021 au 18 Avril 2021
Du 4 Mars 2021 au 7 Mars 2021	IIIVeau I	iliveau ili	Du 14 Mai 2021 au 16 Mai 2021	
Du 12 Février 2021 au 14 Février 2021	0.1	04	Du 23 Avril 2021 au 25 Avril 2021	
Du 12 Mars 2021 au 14 Mars 2021	Stage niveau II	Stage niveau IV	Du 21 Mai 2021 au 23 Mai 2021	
Du 9 Avril 2021 au 11 Avril 2021	IIIVeau II	IIIVeau IV	Du 4 Juin 2021 au 6 Juin 2021	

# FORMATIONS ML CONCEPT



# ÉCOLE DE PRATICIENS PILATES ML CONCEPT



# **CATALOGUE DES FORMATIONS 2021**









# **Contact et informations:**

www.pilates-mlconcept.fr - cfmlconcept@gmail.com - 06.20.50.48.06

N°DA: 91340605834 - SIRET: 43492279500027







Santé durable



erformance



ntégration sociale

