

Liste des modules de formation

Vous pouvez faire les modules dans l'ordre de votre choix, néanmoins nous vous recommandons l'ordre affiché sous « Intégral ».

MODULES / FORMATIONS	INTÉGRAL	HATHA YIN NIDRA	VINYASA	KUNDALINI	PILATES
Postures & Relaxations - Fondamentaux	1	1	1		
Postures & Relaxations - Intermédiaires	1	1	1		
Postures & Relaxations - Avancés	1	1	1		
Respirations & Méditations - Fondamentaux	1	1	1	1	
Respirations & Méditations - Intermédiaires	1			1	
Respirations & Méditations - Avancés	1			1	
Salutations au soleil & Philosophie	1	1	1	1	
Pédagogie & Structures	1	1	1	1	
Pratique Pédagogique	2	1	2	1	1
Rythme & Flow Vinyasa Flow	1		2		
Rythme & Flow Ashtanga Série 1	1		1		
Pilates Matwork Fondamentaux 1	1				1
Pilates Matwork Fondamentaux 2	1				1
Pilates Matwork Intermédiaires 1	1				1
Pilates Matwork Intermédiaires 2	1				1
Pilates Matwork Avancés 1	1				1
Pilates Matwork Avancés 2	1				1
Évaluation Finale Examen	1	1	1	1	1
TOTAL WEEK-END (MODULES)	19	8	12	7	8