



ASSOCIATION  
FRANÇAISE  
DE GYMNASTIQUE  
HOLISTIQUE

Association Française  
de Gymnastique Holistique  
9 rue Basfroi 75011 Paris  
[gymholistiqueafgh@gmail.com](mailto:gymholistiqueafgh@gmail.com)

## **MODULE 0 : LE MODULE INITIAL**

LA GYMNASTIQUE HOLISTIQUE : PÉDAGOGIE ET FONDAMENTAUX  
D'UNE PRATIQUE CORPORELLE EN GROUPE.

Ce module initial d'une journée est un prérequis pour participer à la formation de praticien en gymnastique holistique en 2 ans. Il n'engage en aucun cas à s'y inscrire.

Pendant cette journée les 4 formatrices (lien vers les bio formatrices) interviennent, permettant aux participants de se familiariser avec les méthodes d'enseignement de chacune.

Le programme de la journée est construit en alternant des temps d'expérimentation pratique du répertoire de mouvements avec des temps pédagogiques et des temps de questions-réponses.

L'objectif de cette journée est de permettre aux participants :

- D'aborder les grands principes pédagogiques, pratiques, théoriques qui font la spécificité de la pratique de la gymnastique holistique.
- De se familiariser avec l'enseignement tel qu'il est dispensé pendant la formation de praticien en 2 ans.
- De connaître l'historique de la gymnastique holistique.
- D'acquérir les mouvements du répertoire enseignés pendant les cours pratiques.

**Tarif 180€**

**Durée de la formation 7h**

Aucun prérequis n'est exigé pour cette journée de formation initiale.