FORMATION DE PRATICIEN EN GYMNASTIQUE HOLISTIQUE

PROGRAMME DE LA FORMATION
(NIVEAU 1)
Année 2024/2026

Module 0* - 18 novembre 2023
Pédagogie et fondamentaux d'une pratique corporelle en groupe

Module 1- 20-21 janvier 2024
Être debout : axes, verticalité et pesanteur

Module 2 – 2-3 mars 2024 :
Les racines des membres : stabilité et mobilité des ceintures scapulaire et pelvienne

Module 3 – 27-28 avril 2024 :
Les variations d'état tonique:
De la détente à la tonicité - de la tonicité à la détente

Module 4 – 15-16 juin 2024 :
Du port de tête au bout des doigts

Module 5 - 5-6 octobre 2024 :
Équilibre et respiration

Module de perfectionnement pratique et pédagogique *
4 jours d'approfondissement consacrés à des mises en situations pratiques :

- Éléments de construction d'un cours
- Choix et enchaînements des mouvements
- Déroulement d'une séance
- Évaluation

Du 29 novembre au 2 décembre 2024

Durée du niveau 1 : 112 h en présentiel

*Le module initial dispensé en novembre 2023 est un pré-requis pour participer à la formation. Si vous ne pouvez pas y participer, une autre date sera proposée.

* Si vous avez déjà validé ce module initial , il reste acquis.

gymholistiqueafgh@gmail.com
Association Française de Gymnastique Holistique http://gymnastiqueholistique.fr 9 Rue Basfroi
75011 Paris
N° O.F. 11756267875