

Notre formation Pilates est faite pour les passionnés et les professionnels qui recherchent une formation complète. Que vous soyez Kinésithérapeute, Coach personnel, Préparateur physique, Professeur de danse, Ostéopathe, Éducateur sportif, vous trouverez dans cette formation un programme adapté à chacun de vos patients ou clients.

**Nous acceptons aussi ceux qui ont déjà une formation et qui veulent continuer à se former avec un ou plusieurs modules de votre choix.**

Pourquoi choisir Fit Studio Le Loft Pilates ?

- **L'école d'Eva Winskill, Fit Studio** est une école renommée en France qui est connue pour sa rigueur et son professionnalisme, également entourée d'une équipe de professeurs et de formateurs diplômés, compétents et expérimentés.
- **Fit studio** vous organise des week-ends de pratique entre vos stages de formation pour enseigner, s'entraîner, résoudre des problèmes face à un certain type de clientèle et observer
- **Fit Studio** vous apporte une méthode pédagogique pour développer votre méthode de travail face à votre public et de pouvoir vous y adapter et ainsi vous mener vers un niveau de maîtrise pour vous préparer à devenir un professeur de Pilates compétent.



Nous espérons vous voir très bientôt participer à l'une de nos formations qui se déroulent à Ramatuelle, Nice, Toulouse mais aussi dans toute la France selon le nombre de participants et vous communiquer la joie de donner des cours de Pilates. Maximum 6-8 personnes (selon module) dans les formations sauf Dos et Posture, Sénior et Anatomie Physiologie maximum 15 personnes.

**MATWORK total 122h** (plus les heures «pratiques et observation» conseillées de 200h) qui inclut Fondamental, Répertoire d'Origine, One to One, Petit Équipement, Dos Posture, Anatomie et Physiologie, 2 Week-Ends pratique, observation et enseignement, 10h cours Privés sur les appareils.

**MASTER total 206h** (plus les heures pratique et observation conseillées de 400h) qui inclut MATWORK plus Reformer, Cadillac, Wunda Chair, Barrel plus 1 week-end de pratique, observation et enseignement sur les appareils.

#### PAR MODULE

**RAMATUELLE : Le Loft Pilates, 162 rue du Colombier, 83 350 Ramatuelle (ou à Nice adresse à confirmer)**

Reformer Cadillac 1 : du 23 au 25 Août

Fondamental et Petit Équipement : du 10 au 13 Octobre

Reformer Cadillac 2 et Spine Corrector : du 15 au 17 Novembre

Anatomie et Physiologie : 23, 24 Novembre

Pratique, Observation et Enseignement : 25, 26 Janvier

Reformer Cadillac 3 et Wunda Chair : du 6 au 9 Février

Répertoire d'Origine et One to One : du 13 au 16 Février

Pratique, Observation et Enseignement Équipements : 14, 15 Mars

Pratique, Observation et Enseignement : 18, 19 Avril

Senior et Prénatal : 7 Mai

Dos et Posture : 8, 9 Mai

Examen : 10 Mai



**TOULOUSE :** Body Pilates, 5 Blvd Carnot, 31 000 Toulouse  
Fundamental et Petit Équipement du 24 au 27 Octobre  
Reformer et Cadillac 2 et Spine Corrector du 1 au 3 Novembre  
Répertoire d'Origine et One to One du 7 au 10 Novembre  
Reformer Cadillac 3 et Wunda Chair du 3 au 5 Janvier  
Reformer Cadillac 1 Avril 2020



*Encore bravo pour tous tes conseils, de tous les profs  
que j'ai rencontré tu es vraiment sur le podium.  
Elise de Lyon »*

*« Je tiens à vous remercier toutes les deux pour la formation du week-end dernier. Je  
sens que plein de petits détails ont évolués et sont en cours d'évolution dans ma pédagogie,  
et je me régale. Donc simplement MERCI à vous deux. A très bientôt !  
Julie de Paris »*

*« Juste un petit message pour te remercier, j'ai passé un week-end très enrichissant et  
qui m'a convaincu que j'avais fait le bon choix pour ma reconversion et ma vie à venir.  
Un grand merci à Laura pour tout.  
A très bientôt, Delphine de Toulon »*

*« Un petit mot pour te dire que j'ai retrouvé ma Normandie sous la grisaille, mais le  
cœur et le corps ensoleillé d'avoir partagé ce stage dans un si bel endroit. Merci pour  
tout ce que tu m'apportes, et la motivation que tu me donnes dans le travail. Viviane »*

**MOTR** est beaucoup plus qu'un roller.

Combine la technique Pilates avec « le Core Training, la force, l'équilibre et les exercices de massage d'un foam roller. MOTR est un excellent complément au Pilates, Personal Training, Réhabilitation...



**BODHI** est un outil parfait pour un travail debout, d'équilibre et de stabilisation. Excellent pour les professeurs de Pilates et Personal Trainers. Le Bodhi a quatre points de suspension et a des cordes dynamiques. Il est facile à ajuster sur les poignets



**Contactez-nous pour les formations chez vous.**