

K. OACHING

Activités physiques et artistiques



Siret: 80402248100019 APE : 9319Z

11 route de Caen 50800 Villedieu-Rouffigny 02 33 60 53 35 – contact@koaching-club.com

www.koaching-club.com

Vous propose du 24 au 28 août 2020
Formation d'aptitude à l'enseignement
de l'Aérobixe
(places limitées)

Contenu de formation :

<p>Apprentissage théorique et application technique</p>		<p>Cours en fluidité :</p> <ul style="list-style-type: none"> - méthodologie - musicalité - codification - structurer son cours - connaissance du public - environnement - postural - historique et règlementation
<p>Application pratique</p> 		<p>Cours fun :</p> <ul style="list-style-type: none"> - sur step - dansant - gymnique - acrobatique <p>Cours technique :</p> <ul style="list-style-type: none"> - en schadow - en leçon - en opposition - sur appareils - avec corde à sauté - avec accessoires <p>Cross, circuit et parcours training:</p> <ul style="list-style-type: none"> - à l'unisson - par ateliers - mixte <p>Cours à dominante :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Renforcement musculaire - Intensité - Relaxant - Force fonctionnelle - Core conditioning

Tarif par personne :

Formation 40h avec mallette pédagogique	390 €
hébergement en pension complète (du dimanche 19h au vendredi 19h)	300 €

Conditions d'accueil :

Règlement: directement sur notre site sécurisé www.koaching-club.com, par chèque ou virement bancaire. En retour, une facture sera adressée ainsi, que la planification.

Remboursement en cas d'annulation ou de désistement: à + 2mois 100%, de 2 à 1 mois 50%, de 1mois à 15 jours 25% et en dessous de 15jours 0%. Si, le stage devait être annulé par K.Oaching 100%.

Important: respectez les lieux et leur règlement intérieur, le personnel d'accueil et toutes autres personnes. Les mineurs sont sous la responsabilité d'un représentant légal.

Vous vous engager à être apte avec l'autorisation de votre médecin, pour suivre toutes les activités proposées dont certaines, à hautes intensités physiques et peuvent comporter certains risques.

Il est conseillé d'éviter les bijoux et tous objets de valeur, qui reste sous votre responsabilité en cas de perte, vol ou dégradation.

Il est interdit de fumer ou cuisiner dans les chambres et lieux communs.

(En cas de non respect, nous sommes en droit de vous exclure sans prétendre à un remboursement).

Tenue et équipement de sport: pour course à pied (prévoyez en cas de pluie), pour les activités boxe, gants musculation sans coutures et poignets éponge de tennis, pour la baignade maillot et bonnet de bain. Amenez votre cardio-fréquence-mètre.

Pour les salles couvertes: chaussures propres de salle et serviette pour les appareils.

Le planning adressé: peut être modifié en fonction du temps, du nombre de participants et de leurs objectifs.

Pour les cours théoriques: crayon, gomme, support pour écrire ou ordinateur. Une mallette pédagogique vous sera remise.

Certification: vous recevrez un certificat de présence de stage. Pour valider le diplôme, il faudra adhérer à l'organisme dont dépend l'Aéroboboxe.

L'hébergement : lit individuel en chambre collective avec douche et sanitaire.

Les boissons: les repas sont pris avec de l'eau, toutes autres boissons sont en supplément et payable de suite.

Les repas sont identiques pour tout le monde et comprennent: Petit déjeuner (1 boisson chaude, tartines, 1 fruit ou compote, 1 laitage, 1 jus de fruit. Repas (1 entrée, 1 plat garni, 1 dessert et 1 café ou 1 infusion). Les contraintes alimentaires sont à prévoir par le stagiaire.

Lieu de l'hébergement

Le centre du Moulin ●●



Centre Moulin du Gast 14380 Noues de Sienne Tél.: 02 31 09 24 35

