



Exercices posturaux au poids du corps selon la méthode De Gasquet

Christian MARCELLOT vient approfondir le domaine du RM !

Utilisant certains principes de la méthode De Gasquet, cette formation s'inscrit à la fois comme une introduction et un perfectionnement de l'activité Cross Training.

Intervenant : Christian MARCELLOT (éducateur sportif spécialisé en Cross Training et exercices posturaux)

Contenus de la formation :

- Quelques caractéristiques de la méthode De Gasquet
- Exercices au poids du corps : bienfaits, correction des postures et évolutions

Supports remis aux participants :

Document recensant les différentes situations vécues

Infos pratiques :

- Date : **10 février 2018**
- Lieu : **CREPS Strasbourg 4 allée du Sommerhof / Salle Danse Rythmique**
- Horaire : **09H à 17H**
- Venir avec : tenue souple, tapis de sol, serviette et bouteille d'eau, matériel de prise de notes

Tarif :

Les formations continues sont gratuites et accessibles aux animateurs licenciés EPGV, aux stagiaires CQP et 1 essai est possible pour les animateurs non-licenciés

Modalités d'inscription

Inscription obligatoire avant le 31 janvier 2018. Places limitées.

Vous remplissez le formulaire en ligne via le site internet EPGV-GrandEst.fr (*vous réservez votre place dès à présent !*) : <http://epgv-grandest.fr/formations-continues-departementales/>

OU appeler le CODEP EPGV 67 au 03 88 26 94 29