



Cours complémentaire de gymnastique de société D/H Sports gymniques

Numero du cours 1412133.221
Date du cours 05.12.21 - 05.12.21
Horaire du cours 09:00 - 17:00
Lieu du cours Yverdon-les-Bains
Durée du cours 1 jours
Langue français
Délai d'inscription 05.11.2021

État de la réservation

Description Ce cours remplace l'ancien CCo. Il est ouvert à tous les moniteurs de groupes adultes. Leçons pratiques axées sur les nouvelles tendances pour vous inciter à varier vos cours: parcours fitness avec le matériel de base d'une salle, entraînement de la force et de l'endurance sous forme de jeux, coordination avec un engin non-conventionnel, gym du dos; cours découverte. Le programme détaillé sera établi au cours de l'été 2021

Objectifs Energie et nouvelles tendances: un cours repensé qui s'adresse aussi bien à un public cible masculin que féminin. Les leçons proposées auront pour accents le renforcement musculaire, l'agilité, la souplesse et l'équilibre. Entraînement ludique et jeux seront également au programme!

Conditions Ouvert à tous (moniteurs esa, moniteurs FSG, moniteurs non-membres FSG)

Groupe cible Moniteurs qui enseignent les sports gymniques à des groupes adultes.

Frais du cours Membre FSG actifs CHF 150.00
Non Membre FSG ou passif CHF 250.00

Organisateur STV-FSG

Type de cours Cours spécifiques

Collaborateur/-trice Lea Odermatt
062 837 82 25
lea.odermatt@stv-fsg.ch

Inscription [Ici vous trouvez l'inscription](#)