



FORMATION D'ANIMATEUR-TRICE EN GYMNASTIQUE SENSORIELLE®



DEVENIR ANIMATEUR-TRICE EN GYMNASTIQUE SENSORIELLE

Cette formation offre une connaissance approfondie de la gymnastique sensorielle. Elle s'appuie sur la transmission des concepts propres à **la Méthode Danis Bois** et sur la pratique de la Gymnastique sensorielle et la Méditation Pleine Présence.

D'une durée globale de **24 mois**, cette formation permet de transmettre la Gymnastique sensorielle en individuel ou en groupe à partir des **invariants gestuels**.

Elle est composée de 3 modules qui s'adaptent à votre niveau et à vos attentes (développement personnel ou projet professionnel).



La formation est composée de **3 modules**.

Le premier module est ouvert à tous. Il permet l'acquisition des prérequis nécessaires à l'inscription aux deux autres modules qui donnent accès au diplôme d'animateur/animatrice en Gymnastique sensorielle.

MODULE 1

Ce module est dédié à toute personne désireuse de découvrir la GS comme méthode d'épanouissement personnel et permet en outre l'**acquisition des prérequis** nécessaires à la formation professionnelle d'animateur-trice en Gymnastique sensorielle.

Vous apprendrez à **éveiller sensoriellement** les différentes parties anatomiques du corps humain et **le premier degré du mouvement codifié**.

MODULE 2

Ce deuxième module, **destiné aux futurs animateurs-trices**, permet l'**acquisition de la pédagogie** propre à la transmission de la GS (premier, deuxième degré du codifié et mouvement libre). Il vise à **connaître les fondamentaux théoriques, méthodologiques et pratiques** de la GS et détaillera les concepts et pratiques liés aux 12 invariants gestuels.

MODULE 3

Ce troisième module renforce l'acquisition pédagogique et permet l'**application de la GS aux troubles liés au stress** (physiques, psychiques, émotionnels et relationnels), donne les bases de l'entretien à directivité informative et finalise l'apprentissage du mouvement codifié.



LIEU

Émlavi

11, rue des Folies Chailloux

44100 Nantes

PUBLIC ET PRÉREQUIS

Tout public professionnel et privé (Entreprise – Tertiaire – Santé)

A partir du module 2, il est nécessaire connaître le 1er degré du mouvement codifié de la Gymnastique sensorielle et l'éveil sensoriel des différentes parties anatomiques du corps (niveau 1 & 2 de Emlavi). Géraldine évaluera ces prérequis avant l'inscription.

Maitrise lecture/écriture

Chaque session de formation est composée de 12 personnes maximum.

CALENDRIER

MODULE 1

21/22 septembre 2024

20 octobre 2024

27 octobre 2024

MODULE 2

9/10 novembre 2024

25/26 janvier 2025

29/30 mars

14/15 juin 2025

20/21 septembre 2025

MODULE 3

Dates à venir

TARIFS

Module 1

Stage préparatoire
(facultatif)

Formation hybride

4 jours en présentiel
Abonnement e-learnig
sur Emlavi.fr

400 €

**+ tarif abonnement à
consulter sur le site
Emlavi**

Module 2

Découverte des
invariants gestuels

Formation hybride

10 jours en présentiel
Abonnement e-learnig
sur Emlavi.fr

1.900 €

**+ tarif abonnement à
consulter sur le site
Emlavi**

Module 3

Application de la
gymnastique sensorielle
aux troubles liés au stress

Formation hybride

10 jours en présentiel
Abonnement e-learnig
sur Emlavi.fr

1.900 €

**+ tarif abonnement à
consulter sur le site
Emlavi**

PROGRAMME FORMATION PROFESSIONNELLE

MODULE 2

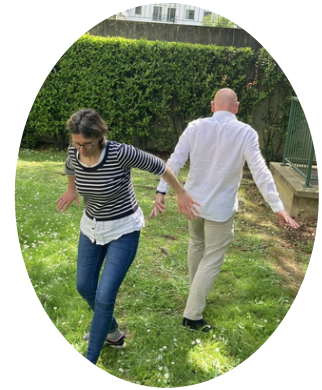
5 week-ends de formation en présentiel
soit 75h de cours
environ 150h de travail personnel

Objectifs :

- **Connaître les invariants gestuels en théorie et pratique**
- **Comprendre le 1er degré du mouvement codifié à partir des invariants gestuels**
- **Pouvoir proposer des exercices spécifiques à chaque invariant**
- **Acquérir les bases de la Méditation Pleine Présence**

STAGES 1 & 2

Genèse de la gymnastique sensorielle
Savoir inscrire la GS dans le paradigme du sensible
Présentation des 12 invariants gestuels
Application théorique et pratique aux invariants spatiaux
Apports théoriques et pratiques sur le guidage verbal en GS

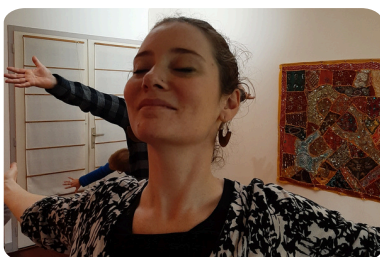


STAGES 3 & 4

Présentation des invariants gestuels temporels et mixtes et mise en situation pédagogique d'animation à deux et en groupe
Initiation à la Méditation Pleine Présence

STAGE 5

Présentation des autres invariants gestuels et mise en situation pédagogique d'animation à deux et en groupe
Pratique de la Méditation Pleine Présence



+ entraînement personnel

Entre chaque stage, un entraînement personnel d'au moins 3 séances hebdomadaire est attendu (à partir d'Emlavi et/ou de cours collectifs)

Un retour d'expérience écrit sera demandé avant chaque stage.

Évaluation des acquis

Évaluation continue:

- des retours d'expérience écrits,
- des mises en situation pratiques d'animation (présentation de la GS, présentation d'un invariant, animation d'un exercice)

En fin d'année, réalisation d'un cours complet de 10 minutes

Remise d'une attestation de présence au 2ème module de la formation

PROGRAMME FORMATION PROFESSIONNELLE

MODULE 3

5 week-ends de formation en présentiel
soit 75h de cours
environ 150h de travail personnel

Objectifs :

- **Acquérir des connaissances sur le stress et ses différentes expressions (physiques, psychiques, émotionnelles et relationnelles)**
- **Savoir faire des ponts entre les troubles liés au stress et les réponses possibles par les invariants gestuels**
- **Pouvoir proposer des exercices et des cours de GS anti-stress**
- **Acquérir les bases de l'entretien à directivité informative**
- **Apprentissage du 2ème degré**

STAGES 6 & 7

Le stress : présentation théorique, lien avec les fascias et la voie de résonance d'un choc en MDB

Présentation du modèle de Danis Bois des 7 étapes de transformation

Mises en situation pédagogique d'animation d'une GS anti-stress

STAGE 8

Apports théoriques sur le Burnout

Mises en situation de présentation en d'animation d'un cours de GS anti-stress

STAGE 9

Présentation des bases de l'entretien à directivité informative

Mise en situation pédagogique d'entretien

Pratique de la méditation et du 2ème degré du mouvement codifié

STAGE 10

Poursuite de l'apprentissage du 2ème degré

Apprentissage de la pédagogie du mouvement codifié au mouvement libre



Évaluation des acquis

Évaluation continue:

- des retours d'expérience écrits,
- des mises en situation pratiques d'animation anti-stress

En fin d'année, évaluation écrite et réalisation d'un cours complet de 20 minutes (présentation + cours + entretien)

**Remise d'une attestation finale et d'un diplôme
d'animateur/animateur en GS MDB**

Géraldine LEFLOCH
06 81 51 23 31
g.lefloch@hotmail.fr

DEVENIR ANIMATEUR-TRICE EN GYMNASTIQUE SENSORIELLE

À remplir en majuscules accompagnée d'une photo d'identité,
d'un mini CV et d'une lettre de motivation.

Le tout est à renvoyer par courrier à Géraldine Lefloch, 2 rue Malherbes, 44100 Nantes.
Votre dossier sera étudié et validé par mail.

*NOM.....
*Prénom.....
*Adresse.....
*CP Ville.....
Téléphone..... *Portable.....
*Mail.....
*Date de naissance..... *Nationalité.....
*Emploi actuel.....

S'inscrit pour le **Module 1** de septembre à octobre 2024 pour un montant de 400€ et s'engage à s'abonner aux vidéos en ligne sur le site Emlavi

S'inscrit pour le **Module 2** de novembre 2024 à septembre 2025 pour un montant de 1.900€ et s'engage à s'abonner aux vidéos en ligne sur le site Emlavi

Acompte de 25% à l'inscription.

A partir du module 2, possibilité de payer en 5 fois. Chèques libellés au nom de Géraldine Lefloch.

Toute formation commencée n'est pas remboursable.

En cas de confinement, la formation sera maintenue en visio.

Date :
Signature du stagiaire

Date :

***Mentions obligatoires**