

# FORMATIONS LESMILLS 2<sup>ème</sup> Semestre 2020



**LESMILLS**  
FOR A FITTER PLANET

## Formations

### Initiales

#### À qui s'adresse ce cursus?

Aux instructeurs de fitness désirant étendre leurs compétences et devenir instructeur LESMILLS™.

#### Qu'allez-vous apprendre?

LESMILLS™ a standardisé l'excellence pédagogique déclinée en 5 clés de l'enseignement.

Ainsi, la formation initiale est un apprentissage structuré permettant l'acquisition du niveau de compétence international dans chacune des clés.

#### Perspectives professionnelles?

Travailler à temps plein ou à temps partiel dans un club référencé LESMILLS™.

Enseigner régulièrement différents cours LESMILLS™.

Démarrer un changement de carrière professionnelle

### Vous recevrez

Un kit de formation pédagogique à télécharger en ligne destiné à préparer votre formation initiale pour chaque programme.

## Formations

### Pro-instructeurs

#### À qui s'adresse ce cursus?

Aux instructeurs LESMILLS™ désireux de progresser et de se confronter à des exigences de haute qualité. Un délai de 1 mois est à respecter entre chaque module.

#### Qu'allez-vous apprendre?

##### PI Module 1

(1 jour par programme):  
Formation avancée qui explore en profondeur la compréhension de l'essence du programme, la technique et le coaching. Mises en situation et 2 feedbacks complets de la part du Trainer. Accessible aux instructeurs LESMILLS™ certifiés et non certifiés.

**La certification instructeur LESMILLS™ est accessible lors de ce module. Elle est reconnue dans toutes les agences et clubs LesMills™ à travers le monde.**

##### PI Module 2

(2 jours):  
Module général qui immerge les instructeurs dans la culture et les valeurs LESMILLS™. Vous apprendrez comment utiliser les 5 éléments clés d'une façon plus percutante, contrastée et authentique.

Vous recevrez un feedback du Master Trainer à 3 reprises et pourrez accéder, si les critères sont atteints, au niveau Advanced ou Elite.

Possibilité de présenter **2 programmes** durant la formation.

### Perspectives professionnelles?

Renforcer ses compétences  
Obtenir un niveau supérieur d'enseignement  
Participer aux sélections pour intégrer la nouvelle génération de presenters ou trainers nationaux!

#### LES PLUS DE CES FORMATIONS!

- Un système de formations mondialement reconnu
- Un accès à une certification internationale
- Permet au stagiaire d'enseigner le(s) programme(s) LESMILLS™ dans plus de 15000 clubs répartis dans plus de 90 pays!



## **BODYPUMP**

FI : 26 & 27 Septembre 2020

FI : 21 & 22 Novembre 2020

**Module 1 : 12 Septembre 2020**



## **BODYBALANCE**

FI : 14 & 15 Novembre 2020

**Module 1 : 17 Octobre 2020**

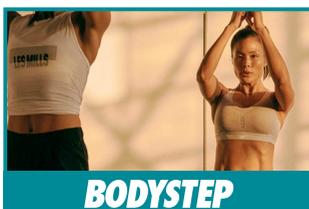


## **BODYATTACK**

FI : 19 & 20 Septembre 2020

FI : 19 & 20 Décembre 2020

**Module 1 : 12 Décembre 2020**



## **BODYSTEP**

**Module 1 : 24 Octobre 2020**



## **BODYJAM**

12 & 13 Septembre 2020

**Module 1 : 18 Octobre 2020**



## **CXWORX**

FI : 3 & 4 Octobre 2020

**Module 1 : 19 Décembre 2020**



## **SH'BAM**

FI ONLINE :  
12 & 13 Décembre 2020



## **RPM**

FI : 10 & 11 Octobre 2020

FI : 7 & 8 Novembre 2020

**Module 1 : 13 Décembre 2020**



## **tone**

FI ONLINE :  
10 & 11 Octobre 2020



## **GRIT**

FI : 17 & 18 Octobre 2020

**Module 1 : 6 Décembre 2020**



## **sprint**

FI : 26 & 27 Septembre 2020

**Module 1 : 25 Octobre 2020**



## **BODYCOMBAT**

FI : 14 & 15 Novembre 2020

**Module 1 : 20 Décembre 2020**

\*Born To Move sur demande.

\*\*Attention le planning est susceptible d'être modifié, veuillez vous référer au planning en ligne.

## **PRO-INSTRUCTEUR MODULE 2 :**

**Le 3 & 4 Octobre 2020**

BODYSTEP | LES MILLS TONE | BODYATTACK | CXWORX | BODYBALANCE | BODYPUMP | BODYJAM | SH'BAM | GRIT

**Le 28 & 29 Novembre 2020**

BODYBALANCE | BODYPUMP | RPM | BODYATTACK | CXWORX | BODYCOMBAT | BODYJAM | SH'BAM | LES MILLS BARRE | SPRINT

## LE PARCOURS INSTRUCTEUR LESMILLS™

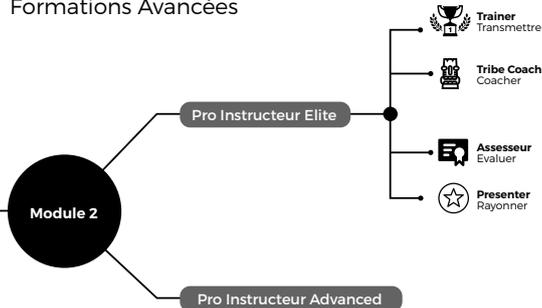
### FONDATIONS

Acquisition & Certification



### ÉVOLUTION

Formations Avancées



### MOTIVATION

Formation Continue

LMTD / LMXD

INSTRUCTORS KITS

4/an/prog.



Étape nécessaire

Statut

Étape fortement conseillée



## LESMILLS

FOR A FITTER PLANET

243, route des Fayards

1290 Versoix - CH

Tél. +41 (0)22 775 05 81

E-Mail. [morgane@fitspro.com](mailto:morgane@fitspro.com)

Site. [www.fitspro.com](http://www.fitspro.com)

[www.facebook.com/lesmillssuisse](https://www.facebook.com/lesmillssuisse)

instagram : [lesmillssuisse](https://www.instagram.com/lesmillssuisse)

Retrouvez-nous sur:

