

# Posturologie & mouvement

De la posture au mouvement pour des performances plus élevées.

La santé par le mouvement est votre priorité. Formez vous, démarrez votre nouvelle vie et changez celle des autres !

#connectingyoursoul

---

# Posturologie & mouvement

*Formation proposée en partenariat avec le college international  
d'étude de la statique (CIES)*

## Pour qui ?

Cette formation s'adresse aux professionnel.le.s du mouvement, de l'activité physique ou sportive et de la promotion de la santé souhaitant évoluer dans leur pratique en découvrant une approche holistique du corps qui prend en compte l'ensemble du système tonique postural.

## Les formateurs



**Vincent ESTIGNARD**

Masseur, kinésithérapeute, ostéopathe et formateur en reprogrammation posturale (posturologie) depuis des années. Il suit des sportifs de haut niveau, dans le football, le rugby, l'athlétisme, le volley... depuis leur centre de formation jusqu'au niveau international.



**Cécile MATHIEU**

Ostéopathe et formatrice en particulier dans l'apport des réflexes archaïques en posturologie clinique.

## Pré requis

Une formation ouverte à tous et toutes les passionné.e.s de mouvement mais il est recommandé d'avoir une solide connaissance en anatomie et physiologie.

# Le programme de la formation

## Objectifs généraux

Par le biais de cette formation en deux modules, vous aborderez les bases nécessaires à l'amélioration des performances et à la prévention dans le sport et le mouvement du niveau le plus élémentaire jusqu'au haut niveau.

## Nous vous recommandons

Pour vous permettre de suivre un.e client.e sportif ou sportive qui répond au mieux aux programmes d'entraînements avec le minimum de risque et le meilleur rendement possible, participer à ces 2 modules est indispensable

## Module 1

### De la posture au mouvement

**Vincent ESTIGNARD**

**24-25 SEPTEMBRE 2022**

### 2 Jours

Jour 1 : 9h-18h

Jour 2 : 9h-16h

Durant ce 1er module vous ferez des liens entre la posturologie, la mobilité, la motricité et les répercussions qu'un déficit peut avoir sur la qualité des performances des sportifs et sportives.

Vous comprendrez rapidement les bénéfices d'une telle approche pour un entraînement optimal et efficient.

## Module 2

### Les reflexes archaïques

**Cécile MATHIEU**

**14-15 JANVIER 2023**

### 2 Jours

Jour 1 : 9h-17h

Jour 2 : 9h-17h

### Pré Requis : Avoir suivi le module 1

Dans ce second module vous découvrirez les réflexes archaïques dont l'acquisition est indispensable pour le développement de l'individu. Ils sont à la base de notre développement sensori-moteur et doivent réguler et non parasiter nos mouvements.

Cette approche complète parfaitement l'étude du système tonique postural et permet une compréhension profonde du mouvement et de la performance.

# Tarifs & modalités

## Certificat de compétences délivré par CIES

**Module 1** CHF/EUR 690.-

**Formation complète** CHF/EUR 1200.-  
(Mod 1 + 2)

**Tarif Early Bird** Inscription avant le 30 juillet 2022

**Module 1** CHF/EUR 600.-

**Formation complète** CHF/EUR 1050.-  
(Mod 1 + 2)

## Modalités



### Chèque annuel de formation de l'État de Genève.

Démarches avant le début de la formation.

Faites votre demande impérativement avant le démarrage de votre formation. Veuillez vérifier les conditions d'obtention du caf sur le site [www.ge.ch](http://www.ge.ch)

### Inscription en ligne

Attention : nombre de places limité par session !

### Rendez-vous pédagogique

Isabelle Gall : [info@fitspro.com](mailto:info@fitspro.com) +41 (0)22 775 05 83

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

