



Haute Ecole de la Province de Liège



FORMATION EN KINÉSITHÉRAPIE : LE FITBALL

ABDOS AUTREMENT, PERFECTIONNEMENT AVEC BALLON

FORMA⁺
Centre de formation continue d'enseignement supérieur

OBJECTIFS :


L'utilisation du ballon type « swiss ball » développe la perception corporelle, améliore l'équilibre, la coordination et la stabilité articulaire. Le recrutement des muscles profonds permet un travail postural ; le renforcement de la sangle abdominale est intensifié en respectant les principes des « abdos autrement ».

PROGRAMME :

Travail corporel global avec ballon dans différentes postures proposant des exercices toniques et des séquences d'enchaînements dynamiques.

 **PUBLIC CIBLE :**


Master en kinésithérapie ou titre équivalent et enseignants en éducation physique.
Ces personnes doivent avoir suivi la formation « Abdos autrement »

 **DURÉE :**
8h

 **DATES :**
à définir

 **INTERVENANT :**
Anne AGNESSEN

★ **TITRE DÉLIVRÉ :**
Certificat de participation
Pro-Q-Kiné en demande

 **LIEU DE LA FORMATION :**
HEPL
Quai du Barbou, 2
B - 4020 Liège

€ **COÛT :**
100 € par jour.
A verser au compte BE12 2400 4184 4992
de CECOTEPE, asbl CEFOP

FORMATION EN KINÉSITHÉRAPIE : LE FITBALL

ABDOS AUTREMENT, PERFECTIONNEMENT AVEC BALLON

En collaboration avec la Haute Ecole de la Province de Liège



RENSEIGNEMENTS :

Caroline LAROCK

Email : caroline.larock@hepl.be



INSCRIPTIONS :

Marine LOPELLI

Email : formaplus@provincedeliege.be

Tél. : 04 330 74 32



www.centreformaplus.be



LE FOND SOCIAL EUROPEEN, LA WALLONIE ET LA FEDERATION WALLONNE-SINCELLES#INVESTISSEMENTDANSVOTREAVENIR!

