

CALENDRIER 2023

28/29 Janvier **SP2*** Séance courte ciblée (entreprise, échauffement, mobilité réduite, femmes enceintes) / Séances collectives avec différents thèmes
[Laurence / Lionel](#)

11/12 Février Pathologies en séances collectives (adaptations) / Les respirations [Liliane / Lionel](#)

18/19 Mars Le travail des omoplates et du thorax / Les équilibres et les postures sur le ventre [Liliane / Laurence](#)

22/23 Avril **SP2*** Conseils pratiques pour retrouver une bonne posture / Improvisations de postures [Laurence / Lionel](#)

6/7 Mai Le projet d'une posture / Timing d'une posture [Liliane / Lionel](#)

17 au 21 Mai Formation initiale

17 / 18 Juin Mise en pratique des bases du SP (respirations, placements, moyens) / Les commandes [Laurence / Liliane](#)

23 / 24 Septembre Les différentes qualités musculaires du rachis / Direction des forces [Laurence / Lionel](#)

7 /8 Octobre Construction d'une séance du rituel au stretch final / Cohérence entre le projet et la commande [Liliane / Lionel](#)

1er au 5 Novembre Formation initiale

18 /19 Novembre Les tractions / Les points fixes [Laurence / Liliane](#)

9 /10 Décembre Combinaisons de moyens / Éducatifs de placement
[Laurence / Lionel](#)

*** Modules réservés qu'à partir du niveau SP2**

Pour s'inscrire au module SP2 et SP3 il faut avoir terminé le SP1 et obtenu la licence de marque

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Modules

- ♣ Une demande par mail, secretariat@stretching-postural.com, et nous vous informerons par retour de la prise en compte de vos inscriptions.
- ♣ Le règlement des modules s'effectue à réception du courrier de confirmation au minimum 2 mois avant les modules choisis.
- ♣ Votre présence est obligatoire jusqu'à la fin du stage pour valider votre module.
- ♣ une remise de 50% des frais pédagogiques est accordée à toute personne voulant refaire une formation initiale.