

## CG FORMATION

149, avenue du Maine 75014 PARIS  
Siret : 80501613600014 Code APE : 8559A  
N° TVA Intracommunautaire : FR38805016136  
N° de formateur : 11 75 53449 75

# Personnalisation des formations

## Une large quantité de stages pour un programme de formation à la carte

Anatomie pour le mouvement, c'est plus de 60 thématiques de formation différentes dont une quarantaine est programmés chaque année. L'ensemble forme un tout cohérent : Les formations sont regroupés par département et sont pensés pour s'articuler entre eux afin de se compléter.

- Les stages du « cycle de base » : ces stages forment le quadriptyque de base sur l'étude du système locomoteur (Colonne vertébrale, membre inférieurs, membres supérieurs, respiration). Le suivi du cycle complet permet de disposer de connaissance théorique et pratique très solides sur le fonctionnement du corps humain en mouvement. Le stage Quick anatomie est une version condensée du cycle de base pour ceux qui souhaiteraient acquérir les notions essentielles d'anatomie en 30 heures.
- Les stages d' « anatomie palpatoire » : Ces stages complètent les stages du cycle de base par une approche beaucoup manuelle et empirique : On y apprend à repérer les structures décrites dans les autres stages par le toucher et la palpation.
- Les stages d' « analyse du mouvement » : Ces stages complètent les stages du cycle de base en y amenant des bases de biomécanique et de physiologie. Ils permettent de construire une boîte à outil méthodologique très efficace pour analyser le corps en mouvement et comprendre ce qu'il se passe pour les articulations, les muscles, les tendons... Certains stages portent sur des thématiques métiers spécifiques (L'analyse des portés de danse, l'amortissement des sauts...).
- Les stages « AnatomYoga » : Spécifiquement destinés aux enseignants et aux pratiquants de Yoga, les stages AnatomYoga étudient en profondeur l'analyse des pratiques de Yoga articulation par articulation afin d'en analyser les risques et les bienfaits et de trouver des aménagements permettant d'adapter chaque posture à chaque corps. Les modules peuvent être suivis à la carte ou s'intégrer dans un cursus diplômant.
- Les cycles de formations du « Geste Anatomique » : Abdos sans risque, Sinovi, Cervica et Périnée et Mouvement sont des méthodes conçues à partir d'une connaissance pointue de la structure du corps et pensées pour être confortables et bienfaites. Les cycles professionnalisant préparent à devenir enseignant de ces méthodes.
- Les stages du cycle « Anatomie pour la voix » : Destinés aux pratiquants vocaux (Chanteurs, comédiens, enseignants, orthophonistes...) les 3 stages de ce cycle se complètent pour expliquer en détail le fonctionnement de l'appareil vocal
- Les stages portant sur le thème du « périnée » et de la « femme » : plusieurs stages permettent d'étudier en détail cette région souvent très mal connue du corps humain et de la mobiliser. Certaines sont plus destinées à un public de Sage-Femme (Bouger en accouchant 1 et 2), d'autres sont tout public (Périnée Féminin, Ménopause).
- Enfin, de nombreux autres stages, plus spécifiques, viennent compléter cette offre déjà très fournie afin de vous apporter une offre de formation au plus proche de votre besoin : Système nerveux, Les viscères, Le nerf sciatique, le psoas...

Certains stages peuvent nécessiter des prérequis (Ex : Anatomie pour les bandas, Abdos sans risque 2eme degré...). Lorsque c'est le cas la fiche internet du stage en fait mention et précise les modalités d'accès à la formation.

La validation du pré-requis peut être réalisée :

- Soit par le suivi d'un stage de spécialisation
- Soit par la justification professionnelle d'un niveau équivalent au stage de spécialisation

## **Des fiches métiers pour vous guider dans votre choix de formation**

Afin de vous orienter dans votre recherche, nous avons mis en place sur notre site un espace dédié aux différents profils professionnels. Celui-ci est composé de fiches métiers qui détaillent, pour chaque activité, les formations les plus pertinentes et les ressources que celles-ci peuvent vous apporter.

## **La formation diplômante AnatomYoga : Une formation modulable et adaptable à vos besoins**

La formation est construite sur un ensemble de 10 modules autonomes de 3 à 4 jours. Chaque module étudiant une région précise du corps, il est possible de les suivre dans l'ordre qui vous convient le mieux (Certains stages nécessitent toutefois des pré-requis), en s'adaptant à vos contraintes et vos centres d'intérêts. Certains modules, dits du « tronc commun » sont obligatoires, tandis que d'autres, dits « de spécialité » sont à choisir parmi une gamme plus large.

La formation s'adapte à votre disponibilité peut être suivie sur 1, 2 ou 3 ans. Ce qui vous laisse le choix de la suivre sur un programme condensé être certifié rapidement, ou de la faire sur un rythme plus tranquille.

## **Les cycles de formation du Geste Anatomique (Abdos sans risque, Sinovi, Périnée et Mouvement, Cervica)**

Chacun des cycles de formation du Geste Anatomique nécessite d'avoir suivi au préalable des stages de pré-requis. Ces stages assurent au stagiaire une connaissance anatomique solide qui lui permettra d'aborder sereinement les modules de chaque cycle et d'enseigner les méthodes en ayant une connaissance juste de la structure du corps.

Dans le cas où le demandeur peut justifier, de par son expérience professionnelle ou personnelle, d'un niveau supérieur à l'un des stages de pré-requis, il peut solliciter un entretien téléphonique auprès de la responsable pédagogique afin d'étudier la possibilité de demander une équivalence. La responsable pédagogique se positionne et donne l'un des 3 avis suivants :

- L'expérience du stagiaire est satisfaisante pour valider le niveau du pré-requis
- L'expérience du stagiaire n'est pas suffisante pour valider le pré-requis, mais suffisante pour que le stagiaire puisse suivre la formation. Le stagiaire devra alors passer le pré-requis dans un délai d'un an après la fin de la formation pour pouvoir continuer à enseigner la méthode.
- L'expérience du stagiaire n'est pas suffisante et le stagiaire doit passer le pré-requis pour accéder au cycle de formation.