



# PROGRAMME

## DÉTAILLÉ DE FORMATION

### Créa'diaz® FAMILY (programme DANCE)

Cours collectif qui propose des enchaînements rythmés issus de différents styles de danse. Les pas de danse évoluent en se personnalisant tout au long de la chorégraphie sur la rythmique de la musique.

Les enchaînements proposés sont accessibles à tous.

#### Durée de la formation

**14 heures soit un total de 2 jours (DANCE : 7 heures)**

#### Objectifs de la formation

L'action de formation Créa'diaz® FAMILY est une session de formation accélérée, elle se compose des programmes Créa'diaz® DANCE et Créa'diaz® ZEN.

À l'issue de ce 1er jour, vous serez capable de mettre en pratique la méthode Créa'diaz® dans un cours collectif en faisant mémoriser et évoluer des enchaînements rythmés, dansés et personnalisés issus de divers styles de danse.

#### Programme de la formation

- Mettre en application les fondamentaux du Tronc Commun.
- Identifier les étapes de l'apprentissage de ce programme.
- Mémoriser et faire évoluer des enchaînements rythmés.
- Faire personnaliser et rendre accessible des mouvements issus de différents styles de danse.
- Comprendre la construction d'une séance (VREM).
- Animer une séance en respectant la méthode Créa'diaz®.
- Effectuer des remédiations par rapport au feed-back.

#### Pré-requis

**Validation du TRONC COMMUN (voir sur notre site)**



#### Moyens pédagogiques :

Formation en groupe.  
Ateliers pratiques et théoriques.  
Matériel et accessoires pour assurer une animation.  
Livret de formation.  
Vidéoprojecteur (occasionnel)

#### Modalités d'évaluation :

Contrôle continu par QCM.  
Épreuve pratique avec un public en fin de formation.  
Attestation de présence.

#### Public concerné :

Professionnels du milieu sportif, de l'animation sportive.

#### Accessibilités aux personnes handicapées :

Possible après évaluation de la nature du handicap et des aménagements techniques ou organisationnels nécessaires.

#### Financement :

Personnel : 345 € HT  
Professionnel : 583,33 € HT  
(Employeur, auto entrepreneur)

#### Inscription et informations :

06.19.81.76.92  
equipe@creadiaz.org  
www.creadiaz.org



# PROGRAMME

## DÉTAILLÉ DE FORMATION

### Créa'diaz® FAMILY (programme ZEN)

Cours collectif qui propose un enchaînement de mouvements évolutifs et harmonieux sur la musique. L'objectif du cours est de solliciter en douceur votre corps.

Les enchaînements proposés sont accessibles à tous.

#### Durée de la formation

**14 heures soit un total de 2 jours (ZEN : 7 heures)**

#### Objectifs de la formation

L'action de formation Créa'diaz® FAMILY est un session de formation accélérée, elle se compose des programmes Créa'diaz® DANCE et Créa'diaz® ZEN.

À l'issue de ce 2ème jour, vous serez capable de mettre en pratique la méthode Créa'diaz® dans un cours collectif en faisant mémoriser et évoluer des enchaînements de postures évolutives avec précision et minutie.

#### Programme de la formation

- Mettre en application les fondamentaux du Tronc Commun.
- Identifier les étapes de l'apprentissage de ce programme.
- Mémoriser et enchaîner différentes postures évolutives.
- Réaliser des mouvements de bien-être avec précision.
- Respecter l'harmonie entre les mouvements et la musique.
- Comprendre la construction d'une séance (VREM).
- Animer une séance en respectant la méthode Créa'diaz®.
- Effectuer des remédiations par rapport au feed-back.

#### Pré-requis

**Validation du TRONC COMMUN (voir sur notre site)**



#### Moyens pédagogiques :

Formation en groupe.  
Ateliers pratiques et théoriques.  
Matériel et accessoires pour assurer une animation.  
Livret de formation.  
Vidéoprojecteur (occasionnel)

#### Modalités d'évaluation :

Contrôle continu par QCM.  
Épreuve pratique avec un public en fin de formation.  
Attestation de présence.

#### Public concerné :

Professionnels du milieu sportif, de l'animation sportive.

#### Accessibilités aux personnes handicapées :

Possible après évaluation de la nature du handicap et des aménagements techniques ou organisationnels nécessaires.

#### Financement :

Personnel : 345 € HT  
Professionnel : 583,33 € HT  
(Employeur, auto entrepreneur)

#### Inscription et informations :

06.19.81.76.92  
equipe@creadiaz.org  
www.creadiaz.org