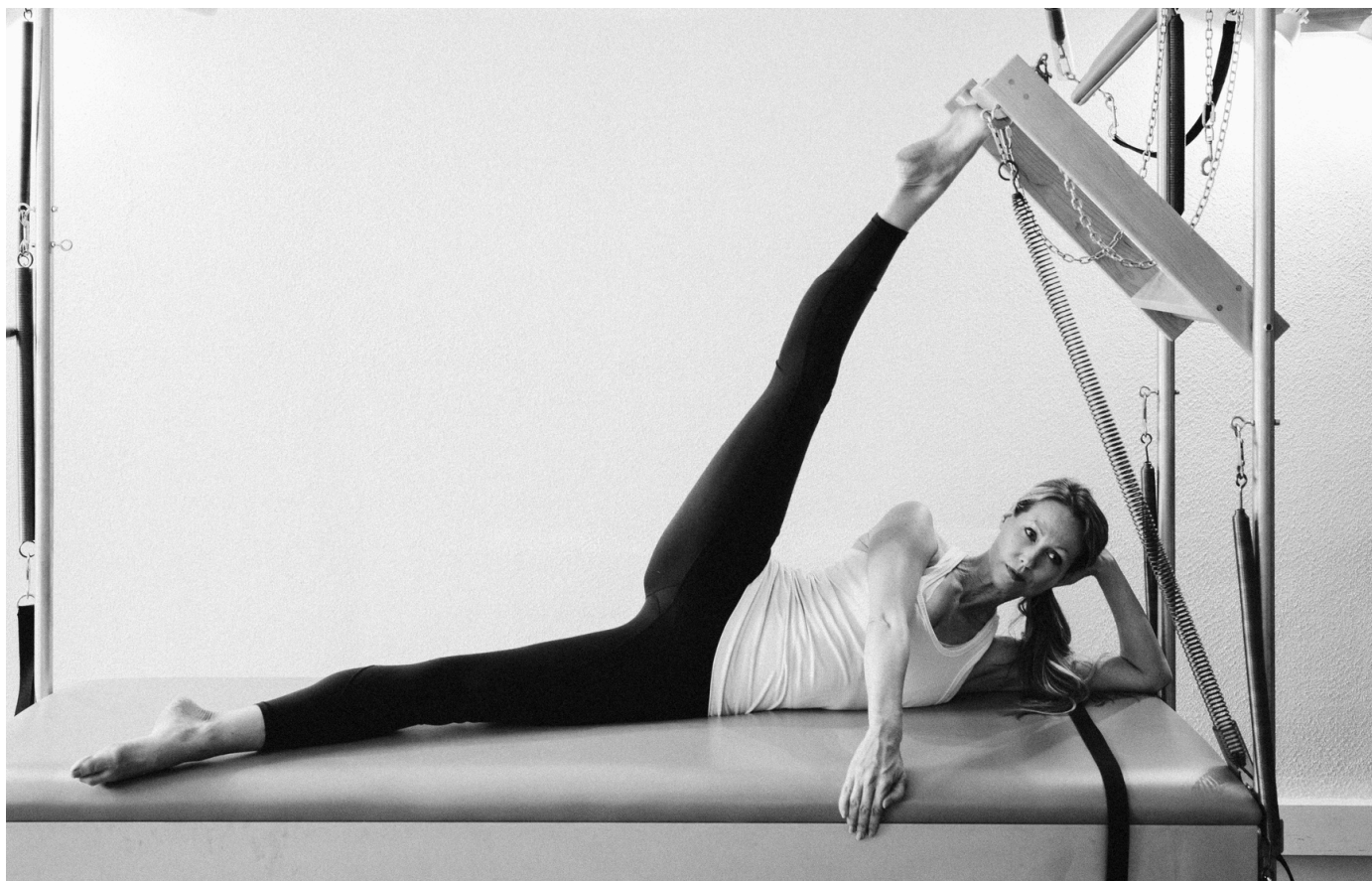




Futureform
Pilates



STAGE DE PERFECTIONNEMENT PROFESSIONNEL EN PILATES CLASSIQUE

avec
Jenny Backlund-Jenkins

Version : 04/04/2026



OBJECTIF DE L'ATELIER

Approfondir la maîtrise technique et pédagogique du Pilates classique sur appareils afin d'optimiser la qualité d'enseignement, la précision d'exécution et la sécurité des élèves.

- Approfondir la précision technique, l'alignement et le contrôle
- Affiner les transitions et la fluidité sur appareils
- Développer des ajustements manuels efficaces et adaptés
- Renforcer l'observation et l'analyse du mouvement
- Structurer des consignes claires et pertinentes
- Adapter son enseignement aux différents niveaux d'élèves

DATES DE LA SESSION

- 21 juin 2026

DURÉE DE L'ACTION DE ATELIER

1 jours

LIEU DE FORMATION

Future Form Pilates Education, 6 rue Massena, 06000 Nice

PUBLIC VISÉ

Formation continue pour des professeurs professionnels de la méthode Pilates.

PRÉ REQUIS

Afin d'être admissible à l'inscription au stage de perfectionnement de Pilates Classique, le candidat doit répondre aux critères suivants :

- Être âgé d'au moins 18 ans
- Avoir une connaissance pratique de la langue anglaise (pas forcément la maîtrise, mais la capacité de communiquer).
- Être professeur de Pilates professionnel.



DÉROULEMENT DE LA FORMATION

Le stage de perfectionnement en Pilates Classique consiste en 6 heures de cours, se déroulant sur une période de 1 jour

PROGRAMME DE STAGE

Dimanche 21 juin 11h00-17h00 - Perfectionnement en Pilates Classique

- Travail sur le Reformer, Wunda Chair et tous les appareils du studio, en explorant l'utilisation de la méthode classique du Pilates et à travers une étude de cas.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques sur le processus
- Exemples concrets
- Démonstrations par la formatrice
- Exercices pratiques pour intégrer et explorer les concepts
- Exercices concrets pour mettre en application les apprentissages dans l'enseignement

DÉMARCHE ET MÉTHODES PROPOSÉS

L'atelier s'appuie sur des apports théoriques et des exercices pratiques. La communication se fait principalement par des explications orales et des démonstrations.

DOCUMENTS ET SUPPORTS POUR LES STAGIAIRES

- Chaque stagiaire reçoit la feuille de présence à l'issue de l'atelier.
- la feuille d'évaluation de fin de session.

EVALUATION FORMATIVE

L'évaluation permet d'analyser les modalités pédagogiques et le contenu de l'atelier, ainsi que de mesurer le degré de satisfaction immédiat des stagiaires, afin d'adapter les prochaines sessions aux besoins spécifiques des participants.



ENCADREMENT PÉDAGOGIQUE

Le programme FFPE est conçu et enseigné par Jenny Backlund-Jenkins.

Directrice de Future Form Pilates Education, fondatrice du studio en 2013, professeur de Pilates classique et ancienne danseuse professionnelle. Spécialisée dans la formation et le perfectionnement des enseignants, elle accompagne les participants dans le développement de leurs compétences techniques et pédagogiques, en s'appuyant sur une expertise approfondie de la méthode Pilates classique.

Diplômée de l'Académie de danse classique de Göteborg, en Suède, Jenny a poursuivi une grande carrière de danseuse professionnelle pendant quinze ans. Sa passion pour le travail et la compréhension du corps l'a ensuite amenée à devenir professeur de Pilates en 2010.

Depuis qu'elle a obtenu son diplôme du Studio A-Lyne à Paris, avec une certification complète de professeur de Pilates Balanced Body, Jenny a acquis une connaissance approfondie et large de la méthode Pilates.

Ce savoir est le résultat de milliers d'heures d'enseignement ainsi que de la poursuite constante de ses études dans le monde du Pilates, incluant la formation de conversion au Syllabus classique avec le renommé MeJo Wiggin, de l'école new-yorkaise Romana's Pilates.

COÛT ET INSCRIPTION

- 1 jour : 375 € TTC

Le règlement doit être effectué au plus tard 2 semaines avant le début du stage, par virement bancaire sur le compte de Future Form (coordonnées ci-dessous).

Les frais de formation ne sont pas remboursables. Des remboursements partiels ne sont possibles que dans le cas où FFPE ne serait pas en mesure d'achever le programme complet de la formation. Aucun remboursement ou indemnité ne peut être réclamé en cas de changement de date ou d'horaire.

Relevé d'Identité Bancaire

TITULAIRE DU COMPTE : **SARL FUTURE FORM**

Bank : **SOCIETE GENERALE**

Bank address : **SG NICE (03452), 8 AV JEAN MEDECIN, 06007 NICE, FRANCE**

IBAN : **FR76 3000 3015 0000 0270 0150 638**

BIC-ADRESSE SWIFT : **SOGEFRPP**



CONTACT ET INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES

Jenny Backlund-Jenkins

Directrice

Future Form Pilates Education

6 rue Massena, 06000 Nice

✉ jenny@futureform.fr

☎ 04.89.97.25.43

Future Form Pilates Education

Organisme de formation n°93060858006 | SIRET 794 218 008 00017
6 rue Massena | 06000 Nice | France | Tel: +33 (0)4 89 97 25 43 | info@futureform.fr

Copyright © 2026 SARL Future Form

Version document 28/02/2026