(Active l'affichage des images pour voir les visuels de la newsletter)

Pense à enregistrer les adresses marie@marierodekine.fr et contact@marierodekine.fr dans tes contacts pour que les newsletter ne finissent pas dans tes spams. C'est trop triste sinon !

Plus de plaisir

Est-ce que toi aussi tu as vraiment pris du plaisir cette semaine au boulot ?

Est-ce que tu as assez d'outils dans ton attirail de prof de Pilate ?

Est-ce qu'il t'arrive de te sentir à cours d'idées ?
Sans solution pour aider un.e élève qui n'arrive pas à faire un mouvement ?
tu vois bien que quelque chose cloche pourtant.
Est-ce que tu te lasses un peu les années passant ?

et si je te disais que ça n'est pas une fatalité.

Je te propose de créer une communauté de prof de Pilates qui augmente son niveau de compétence avec joie, partage, bienveillance et professionnalisme.

Genre **haute-couture** du cours collectifs de Pilates

Tu embarquerais ?

Peut-être que tu n'en es pas là...

Peut-être que tu n'as pas commencé à enseigner le Pilates mais que tu aimerais bien t'y mettre?
Peut-être que tu t'ennuies un peu dans ton quotidien de kiné/ prof d'APA/éduc sportif et que tu rêves de renouveau ?
Peut-être que tu cherches à te diversifier en respectant les valeurs pour lesquelles tu as choisi ton métier ?

Alors j'ai aussi une proposition pour toi.

je redonnerai UNE seule formation Pilates matwork niveau fondamental.

C'est vous qui en parlez le mieux

> J'ai suivi la formation matwork Pilates 1 avec Marie Rode en 2020. Mon but était à la fois de connaître le pilates et avoir des clés pour essayer de donner des cours après avec des femmes dont la plupart sortent d'un traitement pour le cancer du sein. J'ai trouvé une formatrice à l'écoute, réellement présente, qui s'intéresse autant à nos valeurs et ce que l'on veut véhiculer qu'à notre pratique professionnelle. Il n'y a pas de jugement dans ce que l'on fait ou nos raideurs, il s'agit de travailler dedans et ne pas être dans une performance, en cela je trouve qu'elle applique totalement ce qu'est l'esprit du Pilates. Ses cours sont théoriques (l'histoire de Joseph Pilates, comment structurer un cours, comment s'adapter aux contingences actuelles avec le visio etc) et sont pratiques ce qui donne l'occasion de corriger nos propres mouvements. Elle m'a rendue vraiment passionnée de Pilates. Je continue à le pratiquer comme élève avec elle chaque semaine, en visio ; et je me suis lancée pour donner des cours en petits comités. Je progresse et prends de l'assurance à chaque cours. Ce que je souhaite c'est que les femmes à qui je peux donner le cours se sentent aussi bien que moi quand je sors d'un cours ou d'une formation avec Marie : grande, droite, avec une respiration ample, un corps qui me porte, un sentiment d'être ré-alignée. Et quand j'y parviens, cela est une satisfaction. Merci. »

Stéphanie Odras -Durieux

Physiothérapeute à Genève et kinésithérapeute en Haute Savoie.

> J'ai suivi la formation Pilates matwork niveau 1 en 2021. J'avais déjà suivi une formation Pilates précédemment mais en prenant des cours avec Marie, je me suis aperçue qu'elle était incomplète. La formation avec Marie m'a apporté :
>
> - une expérience très pertinente sur l'approche de « l'esprit » Pilates.
> - des fondations solides grâce à l'acquisition des principes de base de la méthode
> - l'apprentissage de ses exercices préparatoires et la dissection de nombreux mouvements qui m'a permis de maîtriser mon enseignement
> - des consignes claires et précises qui minimisent la démonstration physique et permettent à mes élèves d'être en pleine conscience de leurs mouvements
>
> Merci à Marie pour son don à transmettre avec bienveillance et humour !

Lisa Volle

Educateur sportif et professeur de Pilates

Demain vérifie tes mails

Demain dans ta boîte mail, le programme des mois à venir.

Mercredi 15 mars à 20h, soirée gratuite

Sur place à Gap ou en visio, je te propose

- 30minutes de cours de Pilates gratuit pour bien finir ta journée et découvrir ma manière d'enseigner
- une présentation des formations et post-formations à venir de 20min
- un temps de questions-réponses de 20 à 30minute pour répondre à toutes tes questions

Je m'inscris

Merci de m'avoir lue.

Marie

PS : si tu connais une personne qui pourrait être intéressée n'hésite pas à partager ce mail.

PPS : le site internet n'est pas à jour de ce nouveau programme mais je me suis autorisée à laisser mon perfectionnisme au placard.

Marie Rode
https://www.marierodekine.fr
1b place du Champsaur, 05000, Gap

This email was sent to {{contact.EMAIL}}
You've received this email because you've subscribed to our newsletter.

Je veux me désinscrire