Enseigner la Pole dance : devenir professeur de pole dance

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 2003862F — Mise à jour : 13 novembre 2025

Organisme responsable : **Cielito Danses Aérienne**

Présentation de la formation

Objectifs

Développer ses compétences et apprendre à construire un cours par niveau
Connaître les échauffements et les étirements propres à chaque niveau
Apprendre le savoir-faire et le savoir être du professeur(e)
Acquérir notre technique d'enseignement qui vous permettra d'expliquer les figures par niveaux
Apprendre à parer vos élèves en toute sécurité pour eux et pour vous. Avoir les bons placements
Savoir encadrer un cours et imposer les règles de sécurité et de bienveillance
Maitriser les figures de chaque niveau
Savoir enseigner des enchainements et transitions propres à chaque niveau

Programme

Module niveau débutant
Découverte de la discipline ; Déontologie du professeur·e ; Technique d'enseignement et sécurité
Prévention des blessures
Construction d'un cours de pole dance
Figures du niveau débutant : spins, tricks, équilibres
Création et enseignement d'une chorégraphie
Module niveau intermédiaire
Niveau intermédiaire
Technique d'enseignement et sécurité
Mode spinning : le maîtriser et l'enseigner
Figures du niveau intermédiaire : spins, tricks, équilibres
Travail d'assouplissement
Combinaisons et transitions niveau intermédiaire
Module niveau avancé
Niveau avancé (parades et sécurité)
Figures du niveau avancé : Les inversions « Dead Lift » ; Les spins et tricks
Les drapeaux et planches ; Les figures en souplesse ; Les équilibres
Transitions et le travail de fluidité

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée	Niveau de sortie
Sans niveau spécifique	**Sans niveau spécifique**

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2117289S	Mixte	Rennes	01/01/2026	31/12/2026

Source : GREF Bretagne #2003862F