

ATTESTATION DE SUIVI

Nous, organisme de formation attestons par la présente que :

NAHOÉ MEIER

A suivi la formation : **PERSONAL TRAINER**

DATES : 14.08.19 AU 25.08.19

HORAIRES : 9H00-17H00

NOMBRE D'HEURES TOTAL: 12 JOURS / 84 HEURES

CONTENU ABORDE DURANT LE COURS :

LES MÉTHODES D'ENTRAÎNEMENT (RENFORCEMENT MUSCULAIRE ET
CARDIO-VASCULAIRE)

LA PRISE EN CHARGE CLIENT ET DES POPULATIONS À RISQUE

LA GESTION DES PATHOLOGIES COURANTES

LA CONDUCTION DE SÉANCES EN STUDIO OU À DOMICILE

L'ENTRAÎNEMENT FONCTIONNEL AVEC LE PETIT MATÉRIEL

LE «ONE-TO-ONE» ET LE CONCEPT DE SMALL GROUPS TRAINING

LES BASES DE NUTRITION/SANTÉ

LE DÉVELOPPEMENT DE LA CARRIÈRE PROFESSIONNELLE ET DES OUTILS
DE COMMUNICATION

Délivrée le: **25.08.19** à Versoix

Direction Fitspro

Isabelle et Frédéric Gall



FITSPRO
Za route Suisse - 1295 Mies CH
SUISSE
Tel: +41 (0)22 779 10 62
www.fitspro.org - info@fitspro.org

