

ATTESTATION D'ASSIDUITE

Session n° 230164A

Je soussignée, Delphine Le Berre, agissant en qualité de Coordinatrice des formations d'APOR B DE GASQUET, certifie que :

Madame Sarah Crechet

A suivi avec assiduité la formation

Bases et yoga sans dégâts (MK – OS – PY- PF - PM) 4 jours

En vue d'atteindre les objectifs suivants

- Objectifs :
- Analyse biomécanique des postures et des effets recherchés.
 - Analyse des erreurs habituelles de placement et de respiration et des risques induits.
 - Mise en place de la respiration physiologique, des postures de base corrigées, de l'auto grandissement dans toutes les postures et pour les différentes morphologies.
 - Intégration du périnée dans la respiration et les placements pour un travail sécurisé.

Date(s) et durée : **du jeudi 20 au dimanche 23 avril 2023**
et ce pour une durée de 28.00 heures

Catégorie / Nature Action : L'action de formation suivie entre dans l'une des catégories prévues par les articles L.6313-1 et L.6314-1 du code du travail (choix à cocher)

☐ Acquisition, entretien ou perfectionnement des connaissances

☐ Autre :

Lieu : Institut De Gasquet - Paris
75014 - Paris

Prérequis : Aucun au sein de l'institut.

Méthodes d'évaluation(s) : Mise en situation et tests pratiques au tapis

Fait pour servir et valoir ce que de droit

PARIS, le 24 avril 2023

Delphine Le Berre

Coordinatrice des formations

APOR B de Gasquet
98 bd du Montparnasse
75014 Paris
Tél : 01 43 20 21 28
contact@degasquet.com
www.degasquet.com

APOR B DE GASQUET - Numéro de déclaration d'activité (ne vaut pas agrément de l'état) : 11753318575

Conformément au Règlement Général sur la Protection des Données, Règlement UE 2016/679, vous disposez d'un droit d'accès, d'opposition, de rectification et de suppression des données vous concernant, que vous pouvez exercer en nous contactant par mail à contact@degasquet.com ou par courrier : APOR B DE GASQUET - 98 BOULEVARD MONTPARNASSE 75014 PARIS
Ces données sont conservées pendant 5 ans et sont destinées à l'usage exclusif du Centre de Formation APOR B DE GASQUET