



École de formation

Cristiane Domenici Pilates

Cannes - France

Catalogue



Table des matières

Table des matières.....	2
Introduction.....	3
Mission et objectifs.....	3
Compétences visées.....	4
Public visé.....	4
Programmes et cours proposés.....	5
Conditions d'obtention du certificat.....	5
Accessibilité.....	6
Coûts	7
Financement.....	7
Conditions d'admission.....	8
Procédures d'inscription.....	8
Conditions de présence.....	9
Politique de conduite.....	9
Services éducatifs.....	10
Système de notation.....	10
Politique de progrès.....	10
Procédure de probation académique.....	11
Transfert de crédits.....	11
Politique de remboursement.....	11,12
Procédure de réclamation des étudiants.....	13
Procédure en cas de harcèlement sexuel.....	13
Accès aux dossiers des étudiants.....	14
Achèvement satisfaisant.....	14
Biographies des enseignants.....	15,16,17,18
Installations.....	19
Statistiques.....	19

Introduction

L'École Cristiane Domenici Pilates propose un programme complet de certification pour les professeurs de Pilates, dispensé par un enseignant accrédité par le National Pilates Certification Program (NPCP). Fondée en 1997 par Cristiane Domenici, l'école a d'abord fonctionné comme un studio, avant de lancer son programme de formation des professeurs en 2001.

Mission et Objectifs

Déclaration de mission :

À l'École Cristiane Domenici Pilates, nous nous engageons à former des professionnels du Pilates selon les plus hautes normes. Notre programme intègre des recherches scientifiques appliquées à la méthode Pilates, tout en offrant une formation adaptée aux besoins spécifiques de chaque client.

Objectifs :

Nos principaux objectifs sont les suivants :

- Former des professeurs de Pilates dévoués, compétents et innovants, dotés d'une solide compréhension des principes scientifiques qui sous-tendent les séquences de mouvements. Avec l'expérience, ces enseignants seront capables de maîtriser et d'enseigner avec expertise la méthode Pilates de base.
- Garantir que les enseignants formés puissent animer des cours tout en respectant la pédagogie, les principes fondamentaux de la méthode et en réalisant eux-mêmes les mouvements enseignés.
 - Promouvoir la méthode Pilates au sein de la communauté française.
 - Certifier tous nos professeurs par le National Pilates Certification Program (NPCP).
- Offrir des programmes de formation continue pour les enseignants certifiés.
- Tenir à jour un registre de tous nos enseignants certifiés.
- Encourager les futurs professeurs à ouvrir leur propre studio, afin de rendre la méthode accessible à un plus grand nombre.
- Certifier chaque année de nouveaux professeurs de Pilates.

Compétences visées

Savoir théorique :

- Connaissance de l'histoire de la méthode Pilates, de la biographie de Joseph Pilates et de la littérature associée.
- Compréhension des principes et de la philosophie de la méthode.
- Objectifs fondamentaux de la méthode.
- Principes anatomiques liés à la pratique du Pilates.
- Notions de physiopathologie et d'analyse posturale.
- Maîtrise des processus d'apprentissage et des progressions adaptées aux clients.
- Connaissance de la posture professionnelle, de l'éthique et du professionnalisme dans l'enseignement.

Savoir-faire :

- Compétence dans l'adaptation du contenu des cours.
- Capacité à faire progresser les élèves de manière sécurisée et efficace.
- Maîtrise du timing des séances.
- Aptitude à adapter le répertoire des mouvements, y compris les variantes et modifications nécessaires.
- Connaissance des contre-indications et des règles de sécurité.

Savoir-être :

- Compétence dans l'accueil et la gestion des élèves.
- Capacité à gérer les aspects commerciaux liés au public.
- Maîtrise de la modulation de la voix pour une transmission claire et adaptée.
- Professionnalisme dans toutes les interactions.

Public visé

La formation s'adresse aux danseurs, athlètes, kinésithérapeutes, ostéopathes, ainsi qu'à toute personne souhaitant se reconverter professionnellement dans le domaine du Pilates. Elle est également ouverte à ceux qui souhaitent approfondir leurs connaissances de cette méthode pour enrichir leur pratique personnelle et professionnelle.

Programmes et cours proposés

Programme complet de certification Pilates – 794 heures

Le programme se déroule en plusieurs étapes et comprend une formation théorique et pratique approfondie.

- Pré-requis : 52h
- Calendrier du programme (détail des 3 étapes) :
 1. Fondamentaux et Système débutant : 254h
 3. Système intermédiaire : 268h
 4. Système avancé : 266 heures
 5. Examen final : 6 heures

Les étudiants auront accès aux équipements professionnels Gratz et Balanced Body, ainsi qu'aux accessoires Sissel pour optimiser leur apprentissage. Tous les cours seront dispensés en présentiel au Studio Pilates de Cannes, bien que des sessions dans des studios partenaires délocalisés puissent être organisées si nécessaire.

Conditions d'obtention du certificat :

Pour obtenir la certification, les étudiants doivent :

- Assister à l'intégralité des cours.
- Accomplir les heures d'apprentissage requises.
- Réaliser des études de cas.
- Réussir les examens écrits et pratiques.
- Régler l'ensemble des frais de formation.

À l'issue du programme, un certificat de fin d'études est délivré. Il est important de noter que l'achèvement réussi du programme ne garantit pas un emploi, mais atteste d'une certification dans la Méthode Cristiane Domenici Pilates.

Accessibilité

Toutes les formations en centre se déroulent à Cannes, à l'exception de certaines sessions spécifiquement mentionnées. Les cours sont donnés au siège social de l'El Cristiane Domenici, situé au 38 Boulevard Montfleury, 06400 Cannes.



Indications pour l'accès au centre de formation

- Accès en bus : Ligne n°2, arrêt Selvosa.
- Accès en voiture : Depuis l'A8, prendre la sortie 40 (Le Cannet - Cannes).
- Accès en avion : Depuis l'aéroport de Nice Côte d'Azur, à 30 minutes en voiture (sortie 40 de l'A8, direction Cannes) ou en bus via la ligne 220 jusqu'à la gare de Cannes.
- Plan d'accès : Disponible sur le site www.studiopilatesdecannes.com.
- Accessibilité : Le bâtiment n'est pas équipé pour accueillir des personnes en fauteuil roulant.

Coûts de la formation

Ventilation des coûts : (hors scolarité)

- Frais d'inscription : 400 €
- Frais des cours pré-requis : 1 750 à 2 100 €
- Frais de cours test d'admission : 50 €
- Frais de prise en charge OF : 500 €
- Manuels : 20 € (en plus des livres à acheter soi-même)

Frais des différentes étapes de la formation : (scolarité)

1. Étape 1 - **Niveau Débutant = 3780€**
Fondamentaux et
Système Débutant : 3605 €
5h d'examen : 175€
2. Étape 2 - **Niveau Intermédiaire = 2380€**
Système Intermédiaire : 2205 €
5h d'examen : 175€
3. Étape 3 - **Niveau Avancé = 2730€**
Système Avancé : 2730 €

- Frais de scolarité total : **8 890 €**

Examens finaux : 210 €

- **Coût total : 9 100 €**

Frais supplémentaires : Adhésion à la FPMP, assurance étudiant, logiciels, abonnements, déplacements, nourriture et hébergement.

Financement

Plusieurs options de financement sont disponibles en fonction de votre statut (salarié du privé, agent de la fonction publique, demandeur d'emploi, travailleur indépendant). Vous pouvez également combiner les financements Pôle Emploi, la Région PACA ou d'autres organismes financeurs pour couvrir les frais de formation.

Conditions d'admission

Les candidats doivent répondre aux critères suivants :

- Avoir 18 ans minimum.
- Maîtrise du français à l'oral et à l'écrit.
- Notions d'anglais.
- Connaissances de base en informatique (Word/Excel).
- Avoir suivi un minimum de 50 heures de cours de Pilates, dont 20 heures de cours privés obligatoires au Studio Pilates de Cannes.
- Réussir un entretien oral avec les formateurs.

Documents à fournir :

- Accord d'inscription.
- Attestation des heures de cours de Pilates effectuées.
- CV détaillé avec photo.
- Extrait du casier judiciaire (bulletin n°3).
- Certificat de Premiers Secours.
- Certificat médical attestant la capacité à suivre un entraînement intensif de Pilates.

Clause d'égalité d'accès :

“Aucun candidat ne sera refusé sur la base de sa race, origine, couleur, religion, sexe, âge, handicap, identité de genre ou orientation sexuelle.” Cependant, certains handicaps pourraient rendre la formation inadaptée. Si tel est le cas, nous informerons le candidat avec discrétion.
Réfèrent handicap 06.

Procédures d'inscription

Les étapes d'inscription incluent :

- Dépôt de la demande.
- Paiement des frais d'inscription.
- Signature des documents requis.
- Examen du catalogue scolaire.
- Révision des politiques et procédures.
- Remplissage de l'accord d'inscription.

Modèle d'inscription :

- Admission en formation.
- Calendrier des inscriptions : jusqu'à un mois avant le début de la formation
- Politique d'inscriptions tardives : Les inscriptions tardives ne seront acceptées qu'après évaluation de l'intégration du candidat au cursus.

Conditions de présence

- Les étudiants doivent être ponctuels et avoir le matériel adéquat en classe.
- Un taux de présence d'au moins 95 % est requis.
- Des absences répétées ou des retards excédant 85 % peuvent entraîner l'exclusion du programme.
- Les étudiants ne pouvant pas poursuivre en raison de problèmes médicaux ou personnels peuvent demander un congé officiel.

Congés :

Les étudiants peuvent demander un congé pour des raisons personnelles, familiales ou médicales, sur présentation de justificatifs (note du médecin et lettre personnelle). La durée maximale du congé est de 1 an.

Conditions spécifiques :

- Les absences supérieures à 6 semaines sans demande de congé seront considérées comme un abandon.
- Si l'étudiant a payé l'intégralité de la formation, ses paiements seront conservés et il pourra réintégrer le programme ultérieurement.
- Pour les étudiants en paiement échelonné, le solde de l'étape en cours devra être réglé avant la reprise.
- Un certificat médical est exigé en cas de retour après une absence prolongée pour raisons de santé.
- Les congés maternité donnent droit à trois mois supplémentaires pour reprendre la formation.
- Tout arrêt de formation, entraînant l'absence à un séminaire, devra être reporté et rattrapé lors de la prochaine session de formation.

Politique de conduite

Tous les étudiants doivent agir avec maturité et respect envers leurs camarades, le corps enseignant, ainsi que les biens et les traditions de l'école. La possession d'armes, de drogues illégales ou d'alcool est strictement interdite sur la propriété de l'école à tout moment. Toute infraction aux règles de l'école peut entraîner un renvoi définitif.

Renvoi :

Un étudiant peut être renvoyé pour non-respect des règles et règlements de l'école, tels qu'ils sont définis dans les publications officielles. Un étudiant peut également être exclu s'il ne se prépare pas suffisamment, néglige ses devoirs ou ne progresse pas de manière satisfaisante. La décision finale sera prise par le directeur après consultation avec les parties concernées.

Le directeur de l'éducation peut également suspendre temporairement un étudiant dont le comportement est jugé perturbateur ou inacceptable. Si l'étudiant montre un véritable désir d'apprendre après avoir reçu des conseils appropriés et respecte les normes de conduite de l'école, il pourra être réadmis. La décision de réadmission sera prise par le directeur de l'école. En cas de renvoi, la politique de remboursement s'appliquera.

Services éducatifs

Nous encourageons nos étudiants à être studieux et curieux. Le studio dispose d'une petite bibliothèque comprenant des livres et des vidéos liés à la formation. Des ressources en ligne seront également conseillées lors des séminaires.

Système de notation

Des rapports d'avancement contenant notes et commentaires seront remis après chaque évaluation ou démonstration tout au long du programme. Ces rapports seront transmis en personne ou par e-mail.

Exemple de système de notation :

- 96 - 100 = A (Excellent)
- 86 - 95 = B (Au-dessus de la moyenne)
- 80 - 85 = C (Moyenne)
- 66 - 80 = D (En dessous de la moyenne)
- En dessous de 65 = U (Insatisfaisant)

Politique de progrès

L'école met en place des méthodes pour suivre les progrès des étudiants, notamment :

- Exigences de progrès satisfaisants.
- Réunions consultatives.
- Évaluations périodiques.

Chaque étudiant se voit attribuer un conseiller, avec qui quatre réunions sont prévues sur les 12 mois de formation afin de s'assurer du bon déroulement de la progression. Les étudiants doivent maintenir une moyenne générale d'au moins 80 %. Le directeur de l'école surveille les progrès et des performances insatisfaisantes peuvent entraîner un renvoi.

Procédure de probation académique

Les étudiants dont la moyenne tombe en dessous de 80 % seront placés en probation pour une période de 30 jours. Durant cette période, ils doivent remonter leur moyenne à un niveau acceptable. Si cela n'est pas le cas à la fin de la période d'essai, l'étudiant pourra être exclu, à la discrétion du directeur de l'école, qui a l'autorité finale.

Transfert de crédits

Politique de transfert de crédits vers une autre école :

L'école Cristiane Domenici Pilates ne garantit pas le transfert de crédits à un autre établissement, sauf accord écrit entre les deux établissements.

Politique de transfert de crédits d'une autre école :

Les crédits obtenus dans une autre institution seront évalués au cas par cas. Le terme "Bridge" sera utilisé pour désigner les programmes et ajuster les frais pour la nouvelle session. L'école se réserve le droit de refuser le transfert de crédits.

Politique de remboursement

Les frais d'inscription à la formation garantissent votre place et ne sont pas remboursables. En cas de désistement avant le début du premier séminaire, les étudiants recevront un remboursement complet, à l'exception de frais d'annulation ne dépassant pas 10 % du prix de la première échéance. Pour les étudiants se retirant après le début des cours, un pourcentage des frais de scolarité sera retenu en fonction des heures de cours suivies, selon le tableau ci-dessous.

Le remboursement est calculé à partir de la date officielle d'annulation ou de retrait.

Tableau des remboursements :

Remboursement basé sur le programme de 12 mois et des frais de scolarité payés en totalité avant chaque niveau.

L'étudiant a droit au retrait / à la résiliation :	Remboursement :
Système débutant, Examen	selon le tarif et nombre d'heures de chaque thème consommé déduits de 3605€ et 175€ restants.

Niveau Intermédiaire, Examen	selon le tarif et nombre d'heures de chaque thème consommé déduits de 2205€ et 175€ restants.
Niveau Avancé	selon le tarif et nombre d'heures de chaque thème consommé déduits de 2730€ restants.
Examen final	pas de remboursement

Politique d'Annulation et de Remboursement

Les étudiants peuvent annuler leur contrat à tout moment avant minuit le huitième jour suivant la signature de celui-ci. Tous les remboursements seront effectués dans un délai de 30 jours à compter de la date de résiliation.

La date officielle de résiliation ou de retrait d'un étudiant est déterminée par l'un des critères suivants :

- La date à laquelle l'école reçoit une notification écrite de l'intention de l'étudiant d'interrompre le programme de formation, envoyée par lettre recommandée.
- La date à laquelle l'étudiant enfreint la politique scolaire publiée, entraînant ainsi la résiliation.

Si un étudiant ne revient pas d'un congé, la date effective de fin de son congé sera la date déterminée par l'école pour son retour, ou le jour suivant la date de retour prévue.

L'étudiant recevra un remboursement, au prorata des cours assistés, des frais de scolarité et des droits payés si l'école abandonne un programme dans un délai qu'il aurait pu raisonnablement suivre. La politique d'octroi de crédits pour la formation antérieure n'affecte pas la politique de remboursement.

Procédure de Réclamation des Étudiants

Il est fortement recommandé de tenter de résoudre tout problème directement avec l'école. Les plaintes peuvent être portées à l'attention de Cristiane Domenici à l'adresse suivante : cannespilates@gmail.com. Les informations seront relayées à l'ensemble de l'équipe via WhatsApp ou par transfert de mail, afin que Cristiane Domenici puisse traiter les préoccupations soulevées.

Un registre sera tenu sous forme d'un fichier Excel pour documenter les plaintes et leur suivi. Si une réponse nécessite une discussion collective, elle sera soumise lors de la réunion pédagogique mensuelle, à moins qu'un accord n'ait été atteint au préalable. Dans ce cas, des mesures d'amélioration seront communiquées.

Procédure en Cas de Harcèlement Sexuel

Définition :

Le harcèlement sexuel se définit comme un comportement verbal, visuel ou physique non désiré de nature sexuelle, qui est grave ou envahissant, et qui affecte les conditions d'apprentissage ou crée un environnement hostile.

Exemples :

- Verbal ou écrit : Commentaires sur les vêtements, plaisanteries à caractère sexuel, demandes de faveurs sexuelles, rumeurs sur la vie personnelle ou sexuelle d'une personne.
- Physique : Agression, entrave aux mouvements, attouchements inappropriés.
- Non-verbal : Gestes désobligeants, suivre une personne.
- Visuel : Affiches ou images à caractère sexuel.

Procédure :

Tout étudiant qui se sent victime de harcèlement sexuel doit suivre ces étapes :

1. Parler directement à la source du problème.
2. Si cela n'est pas possible ou n'apporte pas de solution, contacter le supérieur hiérarchique direct.
3. En dernier recours, documenter tous les faits pertinents et envoyer la documentation à cannespilates@gmail.com.

Accès aux Dossiers des Étudiants

Contenu des dossiers :

- Pièce d'identité avec photo
- Documents requis
- Signature de l'accord d'inscription
- Récépissés de paiements des frais
- Lecture du catalogue signée
- Réception des manuels signé

- Convocations
- Tous les dossiers scolaires (feuilles d 'émargements, plannings, etc)
- Toutes les notes des examens

Les étudiants peuvent consulter leur dossier complet pendant les heures de studio, en prenant rendez-vous avec le conseiller d'étudiants / professeur principal. Les heures d'ouverture varient selon le jour du lundi au vendredi, entre 8 h à 20 h.

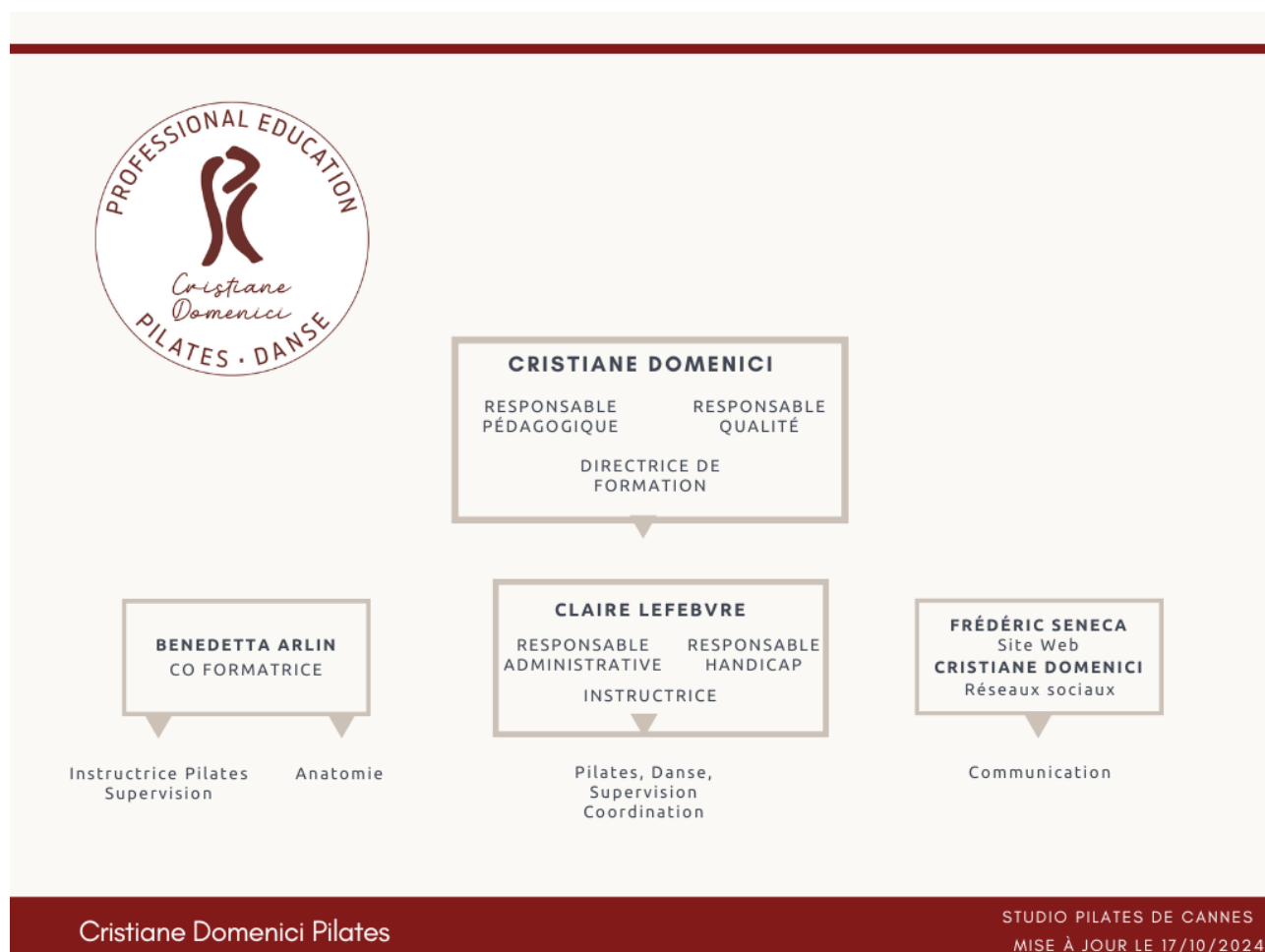
Achèvement Satisfaisant

Un certificat de fin de formation sera délivré aux élèves ayant complété leur formation de manière satisfaisante à l'école Cristiane Domenici Pilates.

Prolongation du Délai pour l'Achèvement du Programme

Si un élève ne termine pas la formation de manière satisfaisante, il pourra bénéficier d'un délai d'un mois à compter de la date de l'examen final pour repasser celui-ci. Des cours supplémentaires pourront être envisagés, et les tarifs appliqués seront ceux des cours pratiqués au studio. Un nouveau planning sera établi, et un avenant de contrat sera signé pour cette période.

Biographies des Enseignants



Notre équipe pédagogique est composée des membres suivants :

- Directrice de programme : Cristiane Domenici
- Instructeur 1 : Cristiane Domenici
- Instructeur 2 : Benedetta Arlin
- Instructeur 3 : Claire Lefebvre
- Administratif et handicap : Claire Lefebvre
- Cours d'anatomie : Benedetta Arlin
- Webmaster : Frédéric Seneca
- Réseaux sociaux : Cristiane Domenici
- Responsable pédagogie et qualité : Cristiane Domenici

Cristiane DOMENICI, brésilienne originaire de São Paulo, a étudié la danse à l'Escola de Bailado Nice Leite. Durant quatre années, elle a participé au Festival de Dança de Joinville, interprétant des chorégraphies allant des grands ballets classiques à la danse jazz. Elle a également pris part au Congrès International de Danse à Rio de Janeiro, où elle a étudié notamment avec Azari Plissetski.

À partir de 1987, à São Paulo, elle a poursuivi sa formation au sein du Ballet Ismaël Guiser. Ensuite, elle a continué en France, au Centre de Danse International Rosella Hightower, où elle est restée trois ans avant d'intégrer le Jeune ballet International de Cannes sous la direction d'Edward Cook pour une durée d'un an. Elle a ensuite travaillé pour Roland Petit au Ballet National de Marseille, où elle a poursuivi sa carrière pendant six ans, interprétant des œuvres majeures et collaborant avec des figures emblématiques de la danse.

Cristiane a participé à divers galas à Monte-Carlo, Cannes et Opéra, et a rejoint la production de La Veuve Joyeuse au Grand Théâtre de Tours. Parallèlement à sa carrière de danseuse, elle a obtenu le Diplôme d'État d'Enseignement de Danse à Aix-en-Provence et s'est spécialisée au plus haut niveau dans les techniques Pilates et GYROTONIC® , qu'elle a enseignées à des danseurs renommés.

Depuis 1997, elle a suivi sa formation en Pilates avec Alan Herman à Londres et avec Mejo Wiggins à Rome, en plus de se former auprès de plusieurs figures de proue de la Méthode Pilates, dont Kathy Grant et Lolita San Miguel. En 2005, elle a reçu sa formation en GYROTONIC® et GYROKINESIS® avec Pietro Gagliardi à Rome.

Cristiane a également surmonté des blessures, telles qu'une fracture de fatigue lombaire et des conséquences liées à la pratique de la danse, comme des hernies cervicales et une scoliose. Grâce à la pratique du Pilates et du GYROTONIC®, ses performances ont atteint leur plus haut niveau. Elle a été directrice du Studio

Pilates de Monaco et est actuellement directrice et formatrice au Studio Pilates de Cannes, tout en enseignant également à Naples, en Italie.

Elle est professeur certifié par le NPCP (National Pilates Certification Program), membre de la Commission de Formation de la FPMP (Fédération des Professionnels de la Méthode Pilates), et membre de l'ADMR danse Médecine et Recherche. Elle est également certifiée au CQP ALS (éducateur sportif), PBT (Progressing Ballet Technic) et PINK RIBBON® (réhabilitation post-opératoire des cancers du sein). Aujourd'hui, elle dirige sa propre formation, Cristiane Domenici Pilates, agréée par la FPMP, et est formatrice en Pré-training GYROTONIC® niveau 1.

Benedetta ARLIN À 11 ans, j'ai commencé à jouer au tennis et je me suis consacré complètement à ce sport individuel et compétitif. D'abord joueuse puis entraîneur, j'ai obtenu tous les diplômes de la Fédération Suisse de tennis (du 1996 au 2003) Association Suisse des Professeurs de Tennis (ASPT). Après le bac en langues (1997) au Lycée Cantonale 1 à Lugano (Suisse), j'ai fréquenté l'Université Catholique du Sacré-Coeur de Milan, faculté de Education Physique (2001), le Master d'Expert Manager des Centres et Clubs Sportifs (2002) et, enfin, le Diplôme en Sciences du Mouvement (2003).

Pendant les années universitaires, je continuais à jouer les tournois de tennis en Suisse et en Lombardie et à enseigner au Tennis Club Campione (Campione d'Italia).

Rentrée à Campione d'Italia (2003) même en étant spécialisée dans l'enseignement du tennis, j'ai voulu maintenir une vision plus large de l'activité motrice, j'ai enseigné psychomotricité à l'Ecole Maternelle de Campione d'Italia (2002-2007) et j'ai formé des classes de gymnastique du troisième âge (2004-2007 2009-2017). En 2005 le coup de foudre pour la méthode Pilates qui m'a éloignée de plus en plus du monde du tennis, trop stressant du point de vue physique et psychologique. Dans la méthode Pilates, j'ai trouvé la précision du geste, l'harmonie du corps et du mouvement, la fluidité et l'équilibre qui reflètent les caractéristiques de ma personnalité et de ma vision du mouvement.

De 2005 à 2007 j'ai commencé, en parallèle avec mon travail, le chemin vers le diplôme Certified Teacher Pilates au Covatech Pilates School de Anna Maria Cova à Milan, écrivant la thèse: la méthode de Pilates de Covatech appliquée au tennis » et assister aux heures de Stage au Studio Caroni à Lugano et aux Studios associés de Covatech de Milan. Née à Sierre (Suisse) le 22 avril 1977, Italofrançaise, après 4 ans passés dans les villages du Club Méditerranée, je me suis installée avec mes parents à Campione d'Italia (Como) en apportant avec moi la liberté, la créativité, la joie de vivre et l'esprit de groupe que j'avais respiré jusque-là. Le sport a toujours été le fil rouge de ma vie: le ski, la natation, la gymnastique artistique, le volley-ball, chaque activité était l'occasion d'enrichir mon expérience motrice.

Benedetta Arlin Le désir de retrouver mes origines françaises et de me consacrer exclusivement au Pilates, a été comblé en 2007 quand je me suis installée à Paris pendant presque 2 ans au cours desquels j'ai travaillé chez Art et Pilates (8 arrondissement) côtoient des enseignants internationaux plus expérimentés que

moi qui avviaient des différentes écoles reconnues par PMA (Peak Pilates, Balance Body, Stott, Power Pilates) en me donnant une vue variée de la méthode. Début 2009, pour des raisons familiales, je suis retourné à Campione d'Italia où j' ai crée ma famille et ouvert mon propre studio: Studio Pilates Attitude (2013). Cependant, j'ai continué ma formation participant au Pilates On Tour à Rome en 2009, obtenant le Certificat Matwork au Pilates Network (Florence) de Jolita Trahan (2011), participant à l'atelier de Anathomy in 3 Dimensions (Nora St. Jones) (2013), à Inside Out Pilates Network (2013), Pilates Junction (Rimini 2016) et neuro Movement (MC entier Pilates 2017).

En novembre 2016 j'ai organisé le premier Open Day du Studio Pilates Attitude en créant un atelier « Pilates pou marcher sur les talons » parce que je crois que la méthode Pilates devrait être porté en dehors des murs de l'étude dans la vie quotidienne avec les gestes de tous Jours. Pour créer ce workshop, j'ai découvert l'existence de Stiletto Academy crée par Veronica Benini à Milan, un cours qui n'enseigne pas qu'à marcher de façon naturelle avec les talons, mais qui dispense des notions de posture, des problèmes liés à l'utilisation de chaussures, et beaucoup encore sur le monde des chaussures, que, comme n'importe quelle femme, adore.

J'ai ensuite étudié Happy Feet: Dynamic Feet for Walking, Running and Exercise de la méthode Franklin.

J'ai amélioré mon workshop en l'appelant « Pilates rencontre Stiletto » que j'ai porté à Cannes en 2017 au Studio de Cannes de Cristiane Domenici avec qui est née une amitié et une collaboration que, j'espère, deviendra de plus en plus forte. Enfin, pour être en mesure de diffuser sur le Web les avantages que la pratique de la méthode Pilates apporte dans les mouvements et la posture dans la vie quotidienne, je suis entrain de me formr avec Anh Thu Nguyen chez Smartwomen Business School..Elle est membre de la FPMP.

Claire LEFEBVRE. Danseuse créative et passionnée, depuis toute jeune elle s'est formée dans la prestigieuse école supérieure de danse de cannes Rosella Hightower et commence sa carrière de danseuse au sein du jeune ballet, c'est ensuite à l'étranger qu'elle va poursuivre son chemin à la Rotterdam Dance Academy. Son désir d'enseigner a très vite été la suite logique de son parcours, elle obtient son diplôme d'état de professeur de danse à Paris au centre des arts vivants.

En parallèle, depuis ses 16 ans Claire a toujours pratiqué le Pilates pour l'aider à renforcer sa technique et éviter les blessures. Elle affectionne particulièrement cette technique et après avoir passé le Matwork à Paris chez A-lyne, elle commence à enseigner sur Paris, puis en Espagne. De retour en France elle souhaite poursuivre sa formation de Pilates sur machines afin qu'elle soit la plus complète et c'est tout naturellement auprès de sa première professeure Cristiane Domenici qu'elle souhaite travailler. Depuis elle enseigne au Studio Pilates de Cannes.

Installations

L'école est située au 38, Boulevard Montfleury, 06400 Cannes, France. Notre studio s'étend sur 150 mètres carrés, dans un bâtiment construit dans les années 70, à seulement 5 minutes à pied du centre de Cannes.

Nous disposons des équipements suivants :

- Douche
- Deux salles de classe équipées de matériel Pilates de pointe, comprenant :
 - Huit reformers (trois Gratz et cinq Balanced Body)
 - Trois tables de trapèze (une Gratz et deux BB)
 - Deux Wunda chairs (BB) et une Core Align
 - Un ladder barrel (BB)
 - Deux spine corrector (un BB et un Covatech)
 - Un ped-o-pull (BB)
 - Un arm chair (BB)
 - Divers accessoires Pilates (BB, Sissel)

Des livres et des vidéos sont également disponibles pour enrichir l'expérience d'apprentissage.

Statistiques 2025/2026

- Nombre d'entrées en formation : 4
- Nombre en cours de formation : 0
- Nombre de certifiés : 3
- Nombre d'abandon : 1

Mise à jour Mai 2026

J'ai lu et compris les procédures ci-dessus et je m'engage à suivre les étapes indiquées.

Nom de l'élève (en caractères d'imprimerie) :

Signature de l'étudiant :

Date :