

LABEL DE QUALITÉ «LES PRESTATAIRES DE COURS FITNESS-GUIDE»

Liste/sélection de méthodes EGK



Valable à partir de 1.1.2021

ZONE DE COURS	MÉTHODE	OUI	NON	GCQP ¹
Entraînement fitness en groupe	Aérobic	x		2
	Aqua-fitness	x		2
	Entraînement d'endurance		x	2
	Fit-Gym	x		2
	Nia	x		2
	Power Yoga		x	2
	Running		x	2
Entraînement physique fonctionnel	Antara®	x		2
	Entraînement du plancher pelvien	x		4
	BGB Osteofitness®	x		4
	Gymnastique	x		4
	Entraînement corporel pour seniors	x		4
	Nordic Walking	x		2
	Formation personnelle	x		4
	Pilates	x		3
	Prophylaxie des chutes		x	4
	Walking	x		2
Méthodes de mouvement et de détente spéciales	Training autogène	x		3
	BGB Biokinematik®		x	5
	BGB Embodiment®		x	4
	Tai Chi	x		4
	Qi Gong	x		4
	Yoga	x		4
Dos+posture	Gymnastique du dos	x		4
	Ecole du dos	x		5
Maternité	Préparations à l'accouchement	x		5
	Gymnastique prénatale	x		5
	Gymnastique postnatale	x		5
Danse	HipHop		x	3
	Gymnastique Jazz		x	3
	Danse de couple		x	3
	Danse pour seniors		x	4

32 Méthodes/Offres de cours (reconnu: 22)

¹ GCQP: Grille de classification des qualifications professionnelles du champ professionnel de la promotion de l'activité physique et de la santé