

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

Liste/sélection de méthodes Sanitas

sanitas

Valable à partir de 1.1.2023

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		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
	Tai Chi		x	4
	Qi Gong		x	4
	Yoga	x ²		4
Dos+posture	Gymnastique du dos	x		4
Maternité	Préparations à l'accouchement	x ³		5
	Gymnastique prénatale	x ³		5
	Gymnastique postnatale	x ³		5
Danse	Danse de couple		x	3
	Danse en solo		x	3

28 Méthodes / Offres de cours (reconnu: 16)

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

² Pour que la contribution aux coûts soit assurée, la certification doit explicitement être indiquée dans la catégorie de cours «Fit Gym», même s'il existe une certification pour la catégorie de cours concernée (p. ex. le yoga).

³ reconnu sous maternité/prévention