

Enseigner le Pilates

RS7497 · RS · Publiée

L'essentiel

Code(s) NSF	335
Formacode(s)	15436, 15452
Type d'enregistrement	Enregistrement sur demande
Date d'enregistrement	28/01/2026
Date d'échéance	28/01/2029

Certificateur(s)

SITI · SIRET : 79367396300021

Partenaires habilités

5 organismes habilités, d'après la liste publiée par France compétences : 5 à former et organiser l'évaluation.

Organisme	SIRET	Habilitation
CAP'FORMATIONS SPORT	85254646400029	Former et organiser l'évaluation
MONTPELLIER UNIVERSITE CLUB OMNISPORT	38820857100025	Former et organiser l'évaluation
PILATES & CORE	51064658100056	Former et organiser l'évaluation
TF FORMATION	94324365900019	Former et organiser l'évaluation
VITAL ACADEMY	99985932500014	Former et organiser l'évaluation

Résumé de la certification

OBJECTIFS ET CONTEXTE

La certification « Enseigner le Pilates » a pour objet de valider les compétences nécessaires à la conception, l'animation, l'adaptation et la sécurisation de séances de Pilates, en tenant compte des caractéristiques et besoins spécifiques des publics pratiquants (débutants, intermédiaires, seniors, femmes enceintes, personnes en situation de handicap) et de leurs objectifs (renforcement musculaire, amélioration de la posture, mobilité, prévention des blessures et bien-être global).

Le Pilates est une méthode d'entraînement physique à faible impact, pratiquée au sol (matwork) et/ou à l'aide de petits matériels ou d'appareils spécifiques (Reformer, Cadillac, Springboard, etc.). Cette certification se concentre sur la pratique au sol et l'usage du petit matériel, dans le cadre de cours individuels ou collectifs, en structure spécialisée, studio, salle de sport ou en milieu médicalisé.

Elle s'adresse aux professionnels du sport justifiant d'une certification professionnelle inscrite à l'annexe II-1 (comme les titulaires du BPJEPS, DEJEPS, CQP, etc.) ou aux masseurs kinésithérapeutes diplômés d'État ou aux sages-femme diplômés d'État, souhaitant acquérir des compétences complémentaires pour intégrer l'enseignement du Pilates dans leur activité professionnelle, que ce soit en contexte de bien-être, de remise en forme, de prévention ou de rééducation fonctionnelle.

COMPÉTENCES ATTESTÉES

Concevoir un programme pédagogique de Pilates, au moyen de l'analyse des principes fondamentaux de la méthode, de l'évaluation des profils des pratiquants et de la prise en compte des éventuelles situations de handicap, dans le but de structurer un enseignement progressif, sécurisé et adapté aux besoins identifiés.

Animer une séance de Pilates, au moyen de démonstrations, consignes et corrections, dans le but de favoriser

l'appropriation et la bonne exécution des mouvements.

Adapter les exercices et la pédagogie de la méthode Pilates, au moyen de l'évaluation des capacités physiques, des besoins spécifiques et des éventuelles situations de handicap, dans le but de garantir une pratique sécurisée, inclusive et bénéfique pour chaque participant.

Utiliser les supports pédagogiques et matériels adaptés à l'enseignement du Pilates, au moyen d'outils, dans le but de favoriser la compréhension et la progression des pratiquants.

Évaluer la progression et la satisfaction des pratiquants, au moyen d'observations, de retours verbaux et de grilles d'analyse, dans le but d'ajuster et personnaliser les futures séances.

Appliquer les règles de sécurité liées à l'enseignement du Pilates, au moyen d'une préparation de l'environnement, du matériel et des consignes, dans le but d'assurer l'intégrité physique des pratiquants.

Respecter les normes d'hygiène et d'environnement au sein d'un établissement recevant du public, au moyen de l'application de protocoles sanitaires et de pratiques écoresponsables (tri des déchets, produits d'entretien écologiques, gestion de la consommation d'eau et d'énergie), dans le but de garantir des conditions de pratique conformes, sécurisées et respectueuses de l'environnement.

Voies d'accès

MODALITÉS D'ACCÈS

Formation continue

PRÉREQUIS À L'ENTRÉE EN FORMATION

Être titulaire d'une certification professionnelle figurant à l'annexe II-1 du Code du sport permettant l'encadrement de séances d'activités de forme ou d'entretien, ou du diplôme d'État de masseur-kinésithérapeute, ou du diplôme d'État de sage-femme.

Justifier d'au moins 20 heures de pratique personnelle du Pilates.

PRÉREQUIS À LA VALIDATION

Avoir suivi la formation dans sa globalité.

COMPOSITION DU JURY — FORMATION CONTINUE

Le jury est composé de 3 personnes :

? Le responsable de certification n'ayant eu aucun lien avec les candidats

? Deux professionnels de l'enseignement du Pilates externe à Studio Evolution

Base légale

Date de décision	28/01/2026
Durée de l'enregistrement	3 ans
Date d'échéance de l'enregistrement	28/01/2029
Date de dernière délivrance possible	27/07/2029

Pour plus d'informations

Fiche officielle (France Compétences)

<https://www.francecompetences.fr/recherche/rs/7497/>

Où se former

Formations référencées	14
Organismes	5
Régions couvertes	3
Prix indicatif	200 € – 3 100 €

Durée	58 – 86 h
-------	-----------

Offre de formation — MonCompteFormation (Caisse des Dépôts), licence ouverte.

Entrées et sorties de formation

Entrées en formation	134
----------------------	-----

Parcours menés à terme	75
------------------------	----

Taux d'achèvement	56 %
-------------------	------

Période	03/2026 – 09/2026
---------	-------------------

Entrées et sorties — Caisse des Dépôts (open data), tous organismes confondus.

Demande CPF — formations engagées

Dossiers CPF engagés	188
----------------------	-----

Montant total engagé	335 634 €
----------------------	-----------

Coût moyen par dossier	1 785 €
------------------------	---------

Durée moyenne	56 h
---------------	------

Période	02/2026 – 09/2026
---------	-------------------

France compétences	75 %
--------------------	------

Reste à charge titulaire	21 %
--------------------------	------

OPCO	1 %
------	-----

France Travail	1 %
----------------	-----

Compte d'engagement citoyen	1 %
-----------------------------	-----

Entreprise	0 %
------------	-----

Formations engagées via le CPF — Caisse des Dépôts (open data), tous organismes confondus.