

PRE REQUIS

Pour pouvoir accéder à la formation pour devenir instructeur de Pole Dance, il est impératif de valider des pré requis qui nous permettront d'évaluer votre niveau sur des tricks qui impliquent un niveau physique complet, grips suffisants, etc.... pour vous permettre d'appréhender la formation en tant que pédagogue, sans difficulté.

Voici la liste des tricks que vous devez nous faire parvenir en vidéo (spin ou fixe), soit sur WhatsApp en précisant votre nom au 0658077729, soit en wetransfert sur contact@studio-evolution.fr (partir du sol pour que l'on puisse voir votre technique pour y parvenir)

MODULE 1 :

Open V

MODULE 2 :

outside leg
inside leg
Caterpillar
Dislocator
Shoulder mount
aerial V
twisted



Twist & Grip



Shoulder mount



Open V (départ du sol)
+
Aerial V (départ d'en haut)6



Caterpillar



Inside leg



Dislocator



Outside leg