

### Formation des moniteurs esa

**Cours de moniteurs esa**  
ouvert pour tous  
2x3 jours (d/f)

**Cours d'introduction de moniteurs esa**  
pour moniteurs J+S ou FSG P+E  
2 jours (d/f)

### Formation continue

**Tronc Bases**  
3 jours (d)

**Pilates Bases**  
3 jours (d)

**Power Yoga Bases**  
3 jours (d/f)

**Physis**  
2 jours (d)

**Musique**  
2 jours (f)

**Outdoor**  
2 jours (d)

**Tronc Plus**  
2 jours (d)

**Pilates Plus**  
2 jours (d)

**Power Yoga Plus**  
2 jours (d)

**(Nordic) Walking**  
3 jours (d/f)

**Sport gym. 60+**  
2 jours (d/f)

**Sport gym. polisportives**  
2 jours (f)

**Tronc Moniteurs FSG**  
2 jours (d)

**Pilates Moniteurs FSG**  
2 jours (d)

**Power Yoga Moniteurs FSG**  
2 jours (d)

**Module de perfectionnement pour moniteurs**  
1 jour (d/f)

### Formation des experts

**Cours d'experts esa**  
9 à 12 jours (d/f)

**Cours d'introduction d'experts esa**  
pour experts J+S  
2 jours (d/f)

**Module de perfectionnement pour experts**  
2 jours (d/f)

Version : juin 2023, sous réserve de modifications

Vers le site web de l'esa !

