



THE PILATES STANDARD®

Ensuring the Legacy

Matwork Ausbildung

THE PILATES STANDARD MATWORK Das Trainingsprogramm umfasst 100 Stunden und besteht aus 4 Modulen.

9. / 10. März 2024

13. / 14. April 2024

22. / 23. Juni 2024

21. / 22. September 2024

Jeweils 9.00 - 17.00

BILDUNGSZIELE

- Erlernen der klassischen Mattenübungen
- Einblick in die klassischen Pilates-Prinzipien gewinnen
- Verwendung von THE PILATES STANDARD Lehrmitteln und -inhalten
- Eine 55-minütige Mattenklasse unterrichten
- Kommunikationsfähigkeit beim Unterrichten verbessern
- Wie man Kunden mit besonderen Bedingungen unterrichtet

VORAUSSETZUNGEN

- VOR DEM KURS: 10 Pilates Matwork Stunden
- NACH DEM WOCHENENDE 1: 10 Pilates Matwork Stunden
- ZWISCHEN WOCHENENDE 2 UND 3: 10 Pilates Matwork Stunden
- ZWISCHEN WOCHENENDE 3 UND 4: 10 Pilates Matwork Stunden

Ort: pilatesfabrik Bahnstrasse 23 8610 Uster

Kosten: CHF 2800.00

Ausbildnerin: Bigna Knecht

Anmeldung: www.thepilatesstandard.com



THE PILATES STANDARD®

Ensuring the Legacy

Comprehensive Ausbildung

Es handelt sich um einen 9- bis 18-monatigen Kurs mit 450 bis 600 erforderlichen Ausbildungsstunden. Das Programm beinhaltet Übungen aller Stufen (First Timer - Challenge) einschliesslich Übungen auf der Matte, Reformer, Cadillac, Stühle, Barrels, Ped-O-Pull und Magic Circle.

Termine:

Teil 1:

30.5 /31.5/1.6/2.6

Teil 2:

26.9/27.9/28.9/29.9

Teil 3:

21.11/22.11/23.11/24.11

jeweils 9-17

BILDUNGSZIELE

- Unterrichten von Pilates Stunden für Kunden jeden Alters und jeder körperlichen Verfassung
- Systematischer Aufbau von Stunden mit allen Geräten
- Anwendung der Pilates-Prinzipien beim Unterrichten der Übungen der Stufen INTRO, IDEAL und CHALLENGE .
- Methodik und Didaktik
- THE PILATES STANDARD Philosophie
- Anwendung der Lehrgrundsätze von THE PILATES STANDARD
- Änderungen und Abweichungen
- Anatomie im Zusammenhang mit Pilates
- Umgang mit Kunden mit "besonderen Bedingungen"
- Postrehabilitatives Training und Unterrichtstechnik

VORAUSSETZUNGEN

- THE PILATES STANDARD INTRO Matwork Ausbildung oder mindestens 10 Matwork Stunden
- Mindestens 10 Stunden an den Pilates-Geräten in einem angeschlossenen Studio von THE PILATES STANDARD oder einem anderen anerkannten Studio.
- Während der Comprehensive Ausbildung müssen Sie 450-600 Lehrstunden absolvieren.

Ort: pilatesfabrik Bahnstrasse 23 8610 Uster

Kosten: CHF 7990.00

Ausbildnerin: Bigna Knecht

Anmeldung: www.thepilatesstandard.com