

AUSBILDUNGS KATALOG

ZERTIFIZIERTE
AUSBILDUNGSINSTITUTE
IN DEUTSCHLAND

AUSBILDUNGS KATALOG

VORWORT Seit 2006 setzt sich der Deutsche Pilates Verband als DER Verband Zertifizierter Pilateslehrender in Deutschland für einheitliche Standards und Qualitätsmaßstäbe in der Lehrerausbildung ein. Denn: Pilateslehrer*in ist nicht gleich Pilateslehrer*in – die Art und Ausprägung der Ausbildungen variiert stark auf dem Markt. Und: aufgrund der rechtlichen Rahmenbedingungen darf sich beinahe jede/r in Deutschland Pilateslehrer*in nennen.

Wir sind stolz, dass immer mehr Lehrinstitute sich für den Weg der Akkreditierung und Anerkennung unserer Leitlinien und Maßstäbe entscheiden und präsentieren hiermit den aktuellen Stand im Verband gelisteter Ausbildungsinstitute.

Für Lehrende in spe ist es dadurch noch einfacher, Gemeinsamkeiten und Unterschiede der jeweiligen Ausbildungen ausfindig zu machen und sich von der Qualität und Fundiertheit der Ausbildungen unserer anerkannten Institute einen ersten Eindruck zu machen. Zugleich können sie sicher sein, eine gute Wahl für ihre berufliche Aus- und Weiterbildung getroffen zu haben, das Siegel des DPV bürgt dafür.

Der Vorstand des Deutschen Pilates Verbands
April 2023

ZERTIFIZIERTE AUSBILDUNGSINSTITUTE IN DEUTSCHLAND

STANDORTE & INHALTSVERZEICHNIS



(A)	basi® Pilates	6
(B)	Die Bewegungsakademie	8
(C)	PILATES BODYMOTION – Ausbildungszentrum und Studio	10
(D)	COMPLETE Pilates-Akademie Hannover	12
(E)	Essence Pilates	14
(F)	Kane School	16
(G)	Keep in Motion PILATES®	18
(H)	koerpergerecht – Pilates und mehr	20
(I)	Körpernah	22
(J)	MERRITHEW® – leaders in mindful movement™	24
(K)	more – Pilates Akademie	26
(L)	Pilates New York	28
(M)	Pilates Powers	30
(N)	Polestar Pilates	32
(O)	The Body in Balance Berlin	34
(P)	The Pi Pilates Concept Ausbildungszentrum (TPPC®)	36
	The Pilates Standard	38



basi® Pilates – fundierte international gültige Ausbildung

basi® Pilates (Body Arts and Science International) wurde 1989 von Rael Isacowitz gegründet und steht für eines der anerkanntesten Pilates-Ausbildungsinstitute weltweit.

Bei basi® Pilates ehren wir die Geschichte von Pilates und das von Joseph Pilates überlieferte Erbe, indem wir unseren Student*innen eine solide Grundlage in allen Aspekten der Pilates-Methode vermitteln. Deshalb wird das gesamte Original-Repertoire gelehrt und die Arbeit an allen Geräten praktiziert. Respekt für Geschichte und Tradition verbinden wir mit Offenheit für wissenschaftliche und technologische Fortschritte. Diese Offenheit hat das basi Block System®, das

F2® System, basi Interactive® und viele andere Innovationen hervorgebracht, die die Pionierarbeit von Joseph Pilates organisch ergänzen.

Unsere Studierenden sind während ihrer Ausbildung von einem Team an hochqualifizierten Dozent*innen der internationalen basi® Fakultät unterstützt, von denen jeder/jede einzelne sich engagiert, allen Studierenden zum Erfolg zu verhelfen.

Die Ausbildung ist weltweit anerkannt und wird mit einem international gültigen Zertifikat abgeschlossen. basi® Pilates ist in 30 Ländern und auf allen fünf Kontinenten vertreten.

BASI Pilates ist als Ausbildungsinstitut anerkannt vom Deutschen Pilatesverband, dem Pilatesverband Austria, Pilates Suisse, dem Finnischen Pilatesverband und ist Gold Member der Pilates Method Alliance.

BASI® Pilates Ausbildungsprogramme

Vollständige Matten & Geräte Ausbildung (Comprehensive Teacher Training Course CTTC)

Der CTTC bietet eine gründliche, vollständige und fundierte Ausbildung an allen wichtigen Pilates Geräten. Wie der Name „Comprehensive“ (vollständig) bereits sagt, ist der Kurs NICHT in die einzelnen Geräte und in verschiedene Level aufgeteilt, wie manch andere Programme, sondern es geht um das Ganze. Die Ausbildung besteht aus insgesamt über 600 Stunden und beinhaltet 12 Kursmodule, 200 Stunden eigene Praxis, 100 Stunden Hospitation, 200 Stunden Unterrichtspraxis, eine schriftliche Arbeit und eine Abschlussprüfung.

Nach Absolvierung des Kurses ist man qualifiziert:

- nach den Prinzipien von Pilates zu arbeiten und diese an Klient*innen weiterzugeben
- eine Haltungsanalyse durchzuführen und Hal- tungsabweichungen zu erkennen
- Probleme zu lösen und eine effektive Übungs- auswahl für viele physische Konditionen zu treffen
- umfassende und sichere Pilates Trainings auf- zustellen, basierend auf den Bedürfnissen des Individuums
- das BASI® Block System für einen erfolgreichen Unterrichtsablauf bei Einzel- und Gruppenstun- den zu verwenden
- die Pilates Übungen zu analysieren und zu ver- stehen, basierend auf anatomischen und biome- chanischen Prinzipien
- auf einem hohen Level das reichhaltige Repertoire der klassischen Pilates Übungen zu demonstrie- ren, sowie eine große Anzahl an original BASI® Pilates Übungen
- die vollen Möglichkeiten der wichtigsten Pilates Geräte zu nutzen
- Übungen anhand der Bedürfnisse und Ziele eines Individuums zu modifizieren
- mit spezifischen Gruppen zu arbeiten und an den BASI® Advanced Education Courses teilzunehmen

Ausbildung zum Pilates Mattentrainer (MTTC und MTTC Plus)

Der MTTC bietet eine fundierte Grundausbildung in der Mattenarbeit und seinen unbegrenzten Anwendungsmöglichkeiten. Der MTTC Plus baut auf unsere internationale Mattenausbildung MTTC auf und vertieft in drei extra Kursmodulen die Themenschwerpunkte „Fluss in der Mattenklasse“, „Matte mit Kleingeräten“ und „Unterrichtsmethodik“. Zudem gibt es einen extra Kurstag für die Einweisung in das Kurskonzept nach basi® Pilates. Die Ausbildung besteht aus 10 Kursmodulen (6 Kursmodule bei der MTTC Ausbildung), 60 Stunden eigene Praxis, 15-20 Stunden Hospitation, 30-40 Stunden Unterrichtspraxis und einer Abschlussprüfung.

Nach Absolvierung des Kurses ist man qualifiziert:

- nach den Prinzipien von Pilates zu arbeiten und diese an Klient*innen weiterzugeben
- eine Haltungsanalyse durchzuführen und Hal- tungsabweichungen zu erkennen
- Probleme zu lösen und eine effektive Übungs- auswahl für physische Konditionen zu treffen
- umfassende und sichere Pilates Mattentrainings aufzustellen, basierend auf den Bedürfnissen des Individuums und der Gruppe
- das Training an verschiedene Situationen und Umgebungen anzupassen
- Kleingeräte in ein Mattentraining zu integrieren, um optimale Ergebnisse zu erzielen
- das basi® Block System für einen erfolgreichen Trainingsablauf
- die Pilates Übungen zu analysieren und zu ver- stehen, basierend auf anatomischen und bio- mechanischen Prinzipien
- auf einem hohen Level das reichhaltige Re- pertoire der klassischen Pilates Übungen zu demonstrieren, sowie eine große Anzahl an original basi® Pilates Übungen
- Übungen anhand der Bedürfnisse und Ziele eines Individuums zu modifizieren
- die Grundlage für den CTTC Kurs zu erwerben
- die Anerkennung des Deutschen Pilates Ver- bands (DPV) zu erhalten (bei MTTC Plus)
- bei entsprechender Grundqualifikation sich für die Anerkennung bei der zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) zu bewerben und das basi® Kurskonzept zu nutzen (bei MTTC Plus)

Ausbildungsorte in Deutschland:

Hamburg, Berlin, Düsseldorf, Frankfurt, Freiburg, Esslingen und München

Fortbildungen und Weiterqualifikationen:

basi® Pilates Legacy Program (4-teiliges Aufbauprogramm mit Theorie und Repertoire zum Meistern der Pilates Methode), Spezifisches Klientel (z.B. Pilates und Schwangerschaft, Pila- tes für Senioren, Pilates für Tänzer), Anatomie (z.B. Verletzungen & Pathologien, Pilates bei Skoliose), Methodik und Didaktik

Die Bewegungsakademie®

Rosemeyer-Str. 2-4 | 44139 Dortmund

Tel.: 0231 - 47 62 04 4

Web: www.die-bewegungsakademie.de



Die Bewegungsakademie – Aus- und Fortbildungen im Bewegungsbereich

Wissen, wie Wissen bewegt

Die Bewegungsakademie ist Plattform und internationales Netzwerk. Sie vereint Fachleute mit langjähriger Erfahrung und Experten für spezielle Fachgebiete. Sie greift aktuelle Trends und Themen im Bewegungstraining auf.

Ihr Programm richtet sich nicht nur an Pilatestrainer, sondern an alle Lehrer für Bewegung, Therapeuten und Ärzte die über den Tellerrand blicken und gemeinsam Themen weiterentwickeln möchten. Die Köpfe hinter der Bewegungsakademie sind Kerstin Bredehorn und Jenni Karies.

„Unsere Neugier auf Zusammenhänge im menschlichen Körper treibt uns an. Wir sind ständig auf der Suche nach neuen Impulsen. Der persönliche Kontakt zu unseren Dozenten und den kooperierenden internationalen Instituten ermöglicht es uns, ein spezifisches aber dennoch breites Aus- und Weiterbildungsprogramm anzubieten.“

Ganz praktisch bedeutet dies:

- Regelmäßiger und fachspezifischer Austausch unter Kollegen
- Lernen auf Augenhöhe
- Kompetenzerweiterung und Qualitätssicherung



Werde Pilates-Lehrer der Bewegungsakademie!

Perspektivwechsel und Horizonterweiterung

Viel Raum für zukunftsorientierte Trainer und Menschen aus medizinischen Bereichen, die ihre Expertise ausbauen und ihr Spektrum erweitern möchten.

Bei uns hast Du die beste Auswahl an Ausbildungen.

1. PILATES MATWORK UND REFORMER AUSBILDUNG
2. MEDICAL-STRETCHING®
3. POSTNATAL LEHRER – Deine Rückbildung



Unsere PILATES MATWORK UND REFORMER AUSBILDUNGEN bestechen durch:

- Lernen ohne Dogmen
- Anatomie in 3D begreifen
- Live Coaching zwischen den Modulen
- Alle Übungen auch als Video
- Die Geschichte von Joseph Pilates

Unsere Ausbildung findet in einer kleinen, festen Übungsgruppe statt. Lerne die Pilates Methode von der Pike an und entwickle daraus Deinen eigenen Unterrichtsstil. Unser Anatomie Modul ist einzigartig. Mit der interaktiven „Anatomy in 3D“ Methode erhältst Du tiefgreifende Anatomie-Kenntnisse. Lernen mit allen Sinnen.

Durch einen professionellen Schauspieler erlernst Du, wie Du Deine Stimme und Deine Körpersprache wirkungsvoll einsetzt. Ergänzend zum bilderreichen Skript erhältst Du alle Übungen auch als Video – perfekt zum Üben und Nachbereiten. Unsere ermutigende Atmosphäre motiviert Dich, sofort erste Unterrichtserfahrungen zu sammeln.

Egal ob Du mit der Pilates Matwork oder Reformer Ausbildung startest, werde Pilates Lehrer der Bewegungsakademie!



MEDICAL-STRETCHING®

ist eine sanfte und äußerst effektive geführte Dehnmethode. Wir sprechen in der Behandlung Faszien, Muskeln, Bänder, Gelenke sowie das Nervensystem an. Diese Behandlungsmethode basiert auf den aktuellsten wissenschaftlichen Erkenntnissen und liefert sofort nachhaltige Ergebnisse.

Dehnung ist nicht gleich Dehnung

In der MEDICAL-STRETCHING® Behandlung arbeiten wir in langkettigen, faszialen Dehnungen, nutzen sanfte Traktionen, um Platz in den Gelenken zu schaffen und nutzen spezielle PNF Dehnungen.

Die Ausbildung überzeugt durch:

- 100% Praxis
- Unterrichtsmethodik und Zeitmanagement
- Kleine Gruppen
- Sofortige und vielfältige Anwendungsmöglichkeiten
- Kompetenz, Humor und Originalität

Mitglieder des Deutschen Pilates Verbandes erhalten 10% Ersparnis auf alle Fortbildungen!

pilates°bern

POSTNATAL LEHRER – Deine Rückbildung

Du möchtest Frauen nach ihrer Schwangerschaft mit einem spezifisch darauf ausgerichteten Training auf ihrem Weg begleiten?

Dich erwartet:

- Der Postnatal Trainer und die Konzeptschulung fokussieren vielseitiges myofaszielles Training in der Rückbildung und sind auf dem neusten Stand.
- Integriert sind Themen wie Früh- und Spätwochenbett, Geburtsprozesse, Rectus Diastase und weitere Beschwerden während der Rückbildung, funktionelles myofaszielles Training deren Übungen, wichtige Trainings-, hormonelle und fasziale Aspekte während der Rückbildung.
- Schon vor der Ausbildung hast du Zugang zu den vielzähligen Videos der Konzeptschulung. Nach dem Postnatal Kurs erhältst du ebenso Zugang zum Replay von Postnatal und Konzeptschulung Seminar. Ein immenser Wert da du stetig weiterlernen kannst.
- Das Konzept „deine Rückbildung“ beinhaltet alles was du für einen effektiven, wirkungsvollen und abwechslungsreichen Rückbildungskurs brauchst: 9 Funktionell aufbauende vorchoreographierte Stundenbilder, Handouts und Optional eine App mit vielen Video's als Benefit für dich und für deine Kundinnen.
- Wir legen Wert auf angewendete Anatomie, besonderer Fokus auf Beckenboden & Core funktional & faszial vernetzt und nutzen das Potential der Sprache



PILATES®
Bodymotion

PILATES BODYMOTION – Ausbildungszentrum und Studio

Inhaberin Britta Brechtefeld, Pilates-Ausbilderin und -Trainerin, Certified Rolfer®
Hauptstr. 64 – 68 | 50996 Köln

Tel.: 0221 - 80 11 83 70

Web: www.pilates-bodymotion.de



Eine Erlebniswelt
für deinen Körper,
deinen Geist und
deine Seele

PILATES® BODYMOTION

Ist es nicht wundervoll, dass es eine Methode gibt, die deine Präsenz zum Strahlen bringt, dein Herz Purzelbäume schlagen und deinen Verstand vor Begeisterung Funken sprühen lässt? Wenn du bereit bist deinen Körper so zu verwandeln, dass deine Seele sich in ihrem neuen Zuhause rundum wohlfühlt, komme zu Pilates Bodymotion. Hier erlebst Du, wie leicht es ist, in deine innere Kraft und Stabilität zu gelangen, deinen Körper in Topform zu modellieren und deinen Geist durch Bewegung zur Ruhe kommen zu lassen.

Wir haben die großartigen Tools von Joseph Pilates weiterentwickelt:

- **Du beginnst simpel: Nur du und deine Matte.**
- **Dann lassen dich die Federn an den einzigartigen Geräten wie schwerelos schweben.**
- **Und unsere Bodymotion-Prinzipien sorgen für eine ausdrucksstarke Bewegungsqualität, die die Stimmen verstummen lässt, sobald du den Raum betrittst.**

Wir wollen Deine Begeisterung für ganzheitliche Bewegung wecken und dich auf deiner individuellen Reise begleiten. Wir holen dich da ab, wo du stehst, und führen dich auf deinem Weg zu einer hochkompetenten Pilates-Trainerpersönlichkeit.

Profitiere von unserer 20jährigen Erfahrung. Unsere wundervoll bewährte Methode sorgt dafür, dass du in deiner ganz persönlichen Farbe unterrichten wirst. So wirst auch du mit Leidenschaft und Begeisterung die Menschen inspirieren und in deinen Bann ziehen.



COMPLETE – Pilates-Akademie Hannover

Susanne Görlitz
Zeißstr. 14 | 30519 Hannover

Tel.: 0511 - 65 51 89 48
Email: info@completepilates-yoga.de
Web: www.completepilates-yoga.de



COMPLETE – Die Idee der Pilates Akademie Hannover

Es ist immer schwierig die Qualität einer Ausbildung vorher einschätzen zu können. Um Dir einen kurzen Einblick zu geben, was ich als Grundlage mitbringe hier eine kurzer Lebenslauf mit den wichtigsten Stationen meines „sportlichen“ Lebens:

Begonnen habe ich 1991 mit einer Ausbildung zum Fitnesslehrer- eigentlich sollte das mein Hobby sein, mit dem ich mir etwas Geld dazu verdienen wollte. Ich habe sofort „Feuer gefangen“ und mich auf jede mögliche Fort- und Ausbildung „gestürzt“, die ich bekommen konnte, habe eine modifizierte Physiotherapie Ausbildung gemacht und Sport studiert. 1997 habe ich schon als Referentin auf der „FIBO“ (internationale Fachmesse für Fitness – und Bodybuilding) unterrichtet. Ab 2000 habe ich mehrere Jahre als Nationaltrainerin / Ausbilderin für Les Mills International, Trainer ausgebildet.

2004 hatte ich den ersten Kontakt mit Pilates, 2006 dann mit der klassischen Methode. Bei „Power Pilates“ In Hamburg habe ich dann auch die Geräte kennengelernt. Das war die „Initialzündung“! Ich war sofort begeistert von dieser Methode – und es lässt mich bis heute nicht los. Von da an war klar: das will ich auch!

Ich absolvierte alle Ausbildungen die mich zum klassischen Pilates-Lehrer machten. 2012 war es dann soweit: der Weg führte nach New York – zu Power-Pilates. Von Dr. Howard Sichel, Susan Moran-Rich und Bob Liekens wurde ich zum

Teacher Trainer ausgebildet. 2013 wechselte ich zu „The Pilates Standard“. Im selben Jahr habe ich die Ausbildung zur Spiraldynamik Fachkraft begonnen und 2018 erfolgreich mit Advanced med. angeschlossen. Außerdem bin ich in allen Yoga Traditionen ausgebildet. Außer Bob Liekens der 5 Jahre mein Mentor war, dürfte ich 2018 am Postgraduate Education Experience Programm mit Kathy Corey teilnehmen. Kathy Corey hat mit allen 8 offiziell bekannten, von Joseph Pilates anerkannten Lehrern, den sogenannten „Alders“ gearbeitet und somit ein unfassbares Wissen über die Methode erworben, dass sie in Workshops und dem Mentorship Programm weitergibt. 2019 habe ich diese Ausbildung mit Bestnote abgeschlossen.

Im Laufe der Jahre habe ich an vielen weiteren Fortbildungen teilgenommen, ich bin inzwischen außerdem Bodyworker, Cross Fit Level 2 Coach und befinde mich im Moment in einer weiteren Ausbildung zum Neuro Athletic Trainer.

Durch die unterschiedlichsten Ausbildungen konnte ich viele Erfahrungen über gute und nicht so gute Ausbildungen sammeln. Ich habe die die Pilates Akademie Hannover gegründet, um meine Idee von guter Ausbildung zu verwirklichen.

Die Ausbildung

Die Ausbildung folgt der traditionellen Methode: es werden Übungen gelehrt, die Joseph Pilates nachweislich selbst entwickelt und unterrichtet hat. Es werden die neuesten wissenschaftliche Erkenntnisse berücksichtigt. Alles Wissen und die Erfahrungen, die ich im Laufe meiner vielen eigenen Ausbildungen kennen gelernt habe, fließen in die Ausbildung. Wir achten und ehren die klassische Methode und wollen sie durch modernes Wissen und Lehren bereichern. Abgesehen vom „Matwork“-Training kommen alle Geräte, die Joseph Pilates entwickelt hat, zum Einsatz.

Die Grundlage der Ausbildung bildet die „Matwork“ – Ausbildung die in drei Level unterteilt (Starter, Professional, Completed) ist. Die Levels setzen sich auch in der Geräte Ausbildung fort.

Die Studio-Ausbildung ist in Module für jede Gerätegruppe unterteilt. Sodass auch Trainer, die vielleicht nur ein Gerät benutzen können, eine fundierte Ausbildung zu bekommen.

Es ist wichtig WIE ein Trainer unterrichtet, unter Berücksichtigung der Vielfalt und Reichhaltigkeit der Methode und der zukünftigen Klienten. Die Studenten der Pilates Akademie Hannover lernen individuell auf jeden Einzelnen einzugehen und die Wirksamkeit der Methode optimal zu transportieren.

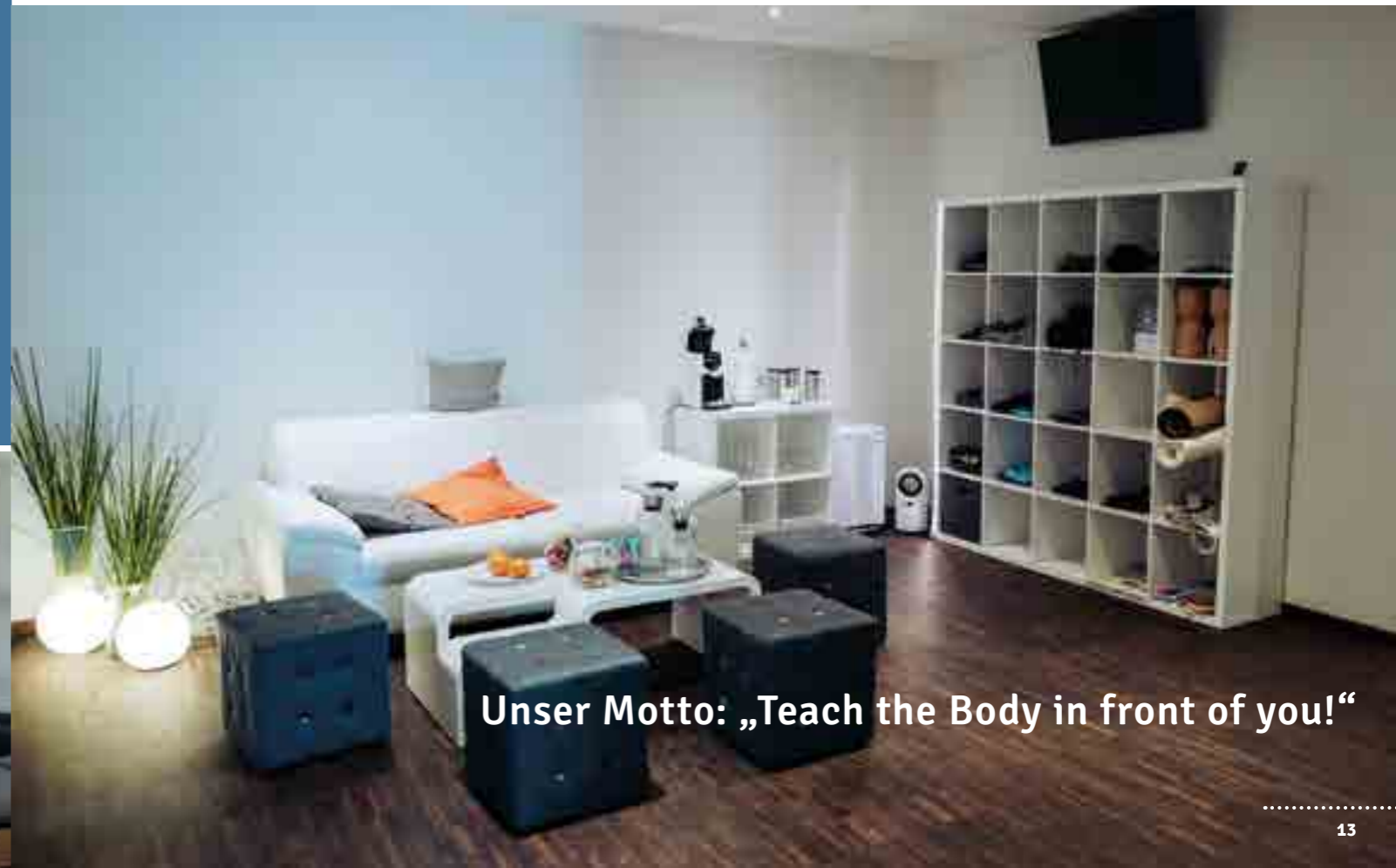
Meine Idee ist es den Standard und die herausragende Qualität der Arbeit weiterzuführen, die ich von meinen Ausbildern vermittelt bekommen habe. Darüber hinaus wird die Ausbildung immer weiter entwickelt, damit wirklich alle „Lerntypen“ erfolgreich an der Ausbildung teilnehmen.

Bei mir werden Trainer/Lehrer ausgebildet, die ein umfangreiches Wissen und Verständnis für die Methode und den menschlichen Körper entwickeln, kompetent und überzeugt sind und gewährleisten das Vermächtnis von Pilates in Ehren zu halten und zu vermitteln. Wer alle Module durchläuft schließt mit einer Gesamtprüfung ab.

Für mich ist Bewegung ein großer Teil meines Lebens, ich „turne“ die komplette „Matte“ mindestens 5 mal pro Woche und mindestens 1–2 mal sind die Geräte dran, dass Yoga und Cross Fit ebenfalls auf dem Plan stehen, versteht sich von selbst. Ich wünsche mir, dass meine Studenten mit genauso viel Enthusiasmus, Liebe, Spaß, Humor und Wissen unterrichten wie ich es selbst tue.

Das möchte ich in meiner Ausbildung und den Workshops vermitteln.

**Ich freue mich auf Dich.
Susanne.**



Unser Motto: „Teach the Body in front of you!“



**ESSENCE
PILATES**

by Kerstin Reif

ESSENCE PILATES – Ausbildungsinstitut Bremen & München

Kerstin Reif
Dürerstr. 16 | 30916 Isernhagen

Email: studio@essence-pilates.de
Web: www.essence-pilates.de



ESSENCE PILATES Ausbildungsinstitut

Die Bereitschaft der Bevölkerung, für Ihre Gesundheit mehr Eigenverantwortung zu übernehmen, steigt. Nutzen Sie dieses Potenzial!

Stärken Sie Ihre Kompetenz und erweitern Sie Ihr Praxisprofil um eine Trainingsform, die derzeit weltweit große Erfolge feiert: Pilates – das ganzheitlich orientierte Trainingskonzept.

Weltweit erobert sich Pilates eine wichtige Position in der Rehabilitation, Prävention und im Fitness-Training. Es wird bereits erfolgreich bundesweit in Therapieeinrichtungen und Studios eingesetzt.

Das Essence-Pilates Ausbildungskonzept wendet sich u.a. speziell an Physiotherapeuten und andere Bewegungsberufe. Die Pilates Prinzipien werden in eigener Körpererfahrung und differenzierter Anleitung unterrichtet. Darüber hinaus wird die gezielte, oft auf Krankheits- und Beschwerdebilder ausgerichtete Methodik des Trainings praxisorientiert vermittelt. Ebenfalls werden taktile und visuelle Hilfen vermittelt.

Um Pilateskurse von den Krankenkassen als Präventionskurse anerkannt zu bekommen, ist gemäß Empfehlung des MDS eine Ausbildung des Kursleiters nach den Richtlinien des Deutschen Pilates-Verbandes erforderlich. Das Essence-Pilates Institut ist anerkanntes Ausbildungsinstitut des Deutschen Pilates-Verbandes und unsere Ausbildung erfüllt diese Anforderung.

LEITUNG IN BREMEN:

Kerstin Reif (Pilates Master Matten- und Studio-trainerin, Ausgebildet in San Francisco bei Made-line Black 1998, Sport – und Gymnastiklehrerin, Psychologin, ICF zertifizierter Coach, Inhaberin & Ausbildungsleitung Essence Pilates Institut)

ESSENCE PILATES

Kerstin Reif
Kirchweg 204 | 28199 Bremen
Telefon: 0160 - 90 22 72 47 oder 0162 - 19 67 26 0
Email: studio@essence-pilates.de

LEITUNG IN MÜNCHEN:

Ina Hanken (Pilatesmatten-und Studiotrainerin, Physiotherapeutin, Körperpsychotherapeutin i.A., Inhaberin von Medical Pilates in München, Pilatesmatteninstructorin Essence Pilates)

MEDICAL PILATES

Schützenstr. 3 | 80335 München
Telefon: 089 - 89 55 55 55 oder 0162 - 19 67 26 0
Email: info@medical-pilates.de

Info / Anmeldung:

Essence Pilates Ausbildungsinstitut
Kerstin Reif
Dürerstr. 16 | 30916 Isernhagen
Email: studio@essence-pilates.de

Aufbau der Essence-Pilates Mattenausbildung (Bremen und München)

MODULE 1-3

Modul 1: Essence-Pilates Basic / 2 Tage: Vermittlung der Pilates Grundlagen/Prinzipien

- Erlernen der neutralen Ausgangsposition
- Beginnerübungen durch Demonstration
- Korrekturen der individuellen Ausrichtung
- Partnerübungen unter Supervision
- Fallbeispiele der Ausrichtung/Korrektur
- Modifikationen, verbale Anleitung

Modul 2: Essence-Pilates Basic Practice Day und Anatomie / 2 Tage

- Reflexion und Supervision
- Funktionelle Anatomie der Pilates Prinzipien

Modul 3: Essentials Teil I / 2 Tage

- Pilates Lehre und Unterrichtsmethodik
- Anfänger- bis mittelschwere Übungen
- Erlernen und Verstehen der neuen Übungen durch Demonstration
- Korrekturen der individuellen Ausrichtung
- Fallbeispiele der Ausrichtung/Korrektur
- Modifikation
- Verbale Anleitung
- Die Leitlinien des/der Pilateslehrer/in
- Planung und Organisation der Begleitung
- Unterrichtsdidaktik/Übungssegmentierung
- Erlernen von Übungskombinationen
- Übungen in einzelne Segmente unterteilen

MODULE 4-5

Modul 4: Essential Exercises Teil II / 2 Tage

- Zielgruppenorientiertes Unterrichten
- Exemplarische Krankheits- und Beschwerdebilder
- Personal Pilates Training
- Fortgeschrittene Pilatesübungen
- Erstellen choreografischer Bewegungskombinationen

Modul 5: Essentials Prüfung Teil III / 2 Tage

- Schriftliche und praktische Prüfung

Eine Mitgliedschaft im Deutschen Pilates Verband e.V. und eine Anerkennung der Pilates-Mattenausbildung durch die „Zentrale Prüfstelle Prävention“ setzt eine Ausbildung über 60 Zeitstunden Präsenzunterricht an 8 Unterrichtstagen (Unterrichtszeit max. 7,5 Std., zzgl. 1,5 Std Pause) und 15 Std Hospitation voraus.

Voraussetzung zur Prüfung:

- Absolvierung aller Module
- 15 Hospitationsstunden
- finales Abschlussprojekt

Eine Unterrichtsstunde umfasst 60 Minuten; Gesamtstunden: 107 (inklusive eigenem Training/ Studium/Unterricht).

Voraussetzungen:

Erfahrung im Gesundheitssport, Physiotherapie, Fitness- oder Tanzbereich, gute eigene körperliche Fitness, mindestens 10 Teilnahmen am Pilates-Unterricht, oder nach Absprache mit Kerstin Reif (studio@essence-pilates.de)

KANE SCHOOL – Pilates-Ausbildung

Kim Kanwischer | Irmgardstr. 20 | 81479 München

Mobil: 0171 - 77 21 79 4

E-Mail: pilatesedu@kaneschool.de

Web: www.kaneschool.de



Was macht die Kane School so einzigartig?

Das Kane School Teacher Training Program ist ein akademischer Ansatz für das Studium der Pilates Methode. Der Lehrplan fokussiert sich darauf, LehrerInnen auszubilden, die befähigt sind, mit gesunden Individuen genauso wie mit Individuen mit vorhandenen Kompensationen und orthopädischen Verletzungen in einem sicheren und effektiven Rahmen zu arbeiten. Durch das intensive Studium der Anatomie des Bewegungsapparates, Biomechanik, Verletzungen, Bewegungserkrankungen und Manualdiagnostik haben Kane School Absolventen eine Reputation als die am besten qualifizierten und meistnachgefragten Pilates LehrerInnen in diesem Bereich.

Die Kane School/Kinected Ausbildungscommunity unterstützt Lehrer in Ausbildung durch die Veröffentlichungen von neuesten klinischen Informationen zu Verletzungen, monatlichen Lesungen und Hands-on Tutorials mit erfahrenen Ausbildern. Im letzten Schritt des Teacher Trainings unterstützen wir unsere Auszubildenden, um selbstsichere LehrerInnen zu werden. Unsere Mission in der Kane School/Kinected Ausbildungscommunity ist es, dass jeder Student und jede Studentin seinen/ihren individuellen Weg erkennt, um eine inspirierte Lehrkraft, eine mitfühlende Führungsperson, inspirierender Coach und gut informierte Bewegungslehrer zu werden durch striktes Studium eines hoch entwickelten Ansatzes der Pilates Methode. Es ist unsere Mission, PilateslehrerInnen auszubilden und stark zu machen, um ihren Patienten zu helfen, die Kluft zwischen Verletzung und Gesundheit zu überwinden.



Step 1: Foundation Training

ANATOMIE FÜR PILATES

Erarbeite dir die Basis, Pilates zu unterrichten mit umfassendem Grundlagenwissen in Anatomie. Jeder, der ein Pilates-Zertifikat anstrebt, muss dieses Training durchlaufen oder einen Test absolvieren, um sein vorhandenes Wissen nachzuweisen.

Step 2: Comprehensive Mat

KANE SCHOOL MATTENTRAINER

Erlerne die Kane School Kernprinzipien und wie sie auf die Pilates-Methode angewendet werden. Durch diesen fundierten, vertieften Kurs erlernen angehende LehrerInnen Pilates-Mattenübungen sowie Haltungs- und Ausrichtungsprinzipien, um Einzel- und Gruppenkurse zu unterrichten.

Step 3: Basic Training

PILATES GERÄTE AUSBILDUNG

Lerne Choreografie auf dem Pilates Apparat – Reformer, Chair, Cadillac und Barrels – und wie du die Pilates Kernprinzipien auf die Geräte anwendest. Mit dem Training verwoben ist die Geschichte des Körpers in Bewegung – dazu gehören ein tiefes Wissen der Anatomie, Biomechanik genauso wie verbreitete Haltungsprobleme und Pathologien.



keep in motion PILATES®

Dagmar Mathis-Wiebe | Sendlinger Str. 56 | 80331 München

Tel.: 089 - 127 66 109

E-Mail: info@pilates-in-muenchen.de

Web: www.pilates-in-muenchen.de



Unser 2-STUFEN-KONZEPT bietet eine solide Grundlage für einen professionellen Auftritt als Pilates Trainer.

keep in motion PILATES CLASSIC Lizenz

Unsere Ausbildungsstufe 1 – die Basis Lizenz

- 10 Pflichtausbildungstage: 78 Std. Präsenzpflcht
- Hospitationen, eigenes Training, eigener Unterricht: 50 Std.
- Prüfungstag: 8 Std.
- Die Ausbildung findet in 6 Pflichtmodulen statt (vier 2-Tages-Module und zwei 1-Tages-Module) in einem Zeitraum von ca. 9 Monaten.
- Nach der Teilnahme an allen Modulen kann die theoretische und praktische Prüfung zum lizenzierten keep in motion PILATES CLASSIC Trainer für Matwork abgelegt werden.
- Zusatzmodule (optional): Practice Times (je 4 Stunden) / Der Weg in die Selbständigkeit (1,5 Stunden)

Perspektiven:

- Level: vom absoluten Einsteiger bis Mittelstufe (Pre Pilates & intermediate Matwork)
- Unterrichten von Gruppen
- Unterrichten in Präsenzform
- Unterrichten ohne Kleingeräte

keep in motion PILATES PREMIUM Lizenz

Unsere Ausbildungsstufe 2 – die ADVANCED Trainer Lizenz

- Voraussetzung: CLASSIC Lizenz
- 6 Pflicht-Ausbildungstage: 44 Stunden Präsenzpflcht
- Hospitationen, eigenes Training und Unterricht: 35 Stunden
- Prüfungstag: 8 Stunden
- Die Ausbildung findet in 4 Pflicht-modulen statt (2-Tages-Module und zwei 1-Tages-Module). Nach der Teilnahme an allen Modulen kann die theoretische und praktische Prüfung zum lizenzierten keep in motion PILATES PREMIUM Trainer für Matwork abgelegt werden.
- Zusatzmodule (optional): Practice Times (je 4 Stunden) / Personal Training beim Ausbildungsteam

Perspektiven:

- Level: bis Fortgeschrittene (advanced Matwork)
- Unterrichten von Gruppen
- Durchführung von individuell maßgeschneidertem Personal Training
- Unterrichten in Präsenzform und im Onlinetraining
- Kompetentes Einsetzen von Pilates Kleingeräten
- Möglichkeit der Weiterbildung zum lizenzierten Pilates Reformer Trainer in Kooperation mit „Kraftzentrum“, München

keep in motion PILATES® – Wir sind die Matwork Specialists.

Wir bilden aus zum lizenzierten keep in motion PILATES TRAINER für Matwork (nach Standard des DPV und der ZPP).

Wir bilden an 5 Standorten in Deutschland aus:

- ▶ München
- ▶ Kühbach (Raum Augsburg)
- ▶ Herford
- ▶ Hasbergen
- ▶ Coburg

Auf Wunsch kommen wir auch gerne nach Österreich und in die Schweiz.



koerpergerecht – Pilates & mehr

Lisa Gregg
 Brucknerstr. 5a | 01309 Dresden
 Tel.: 0351 - 374 49 39
 Email: info@studio-koerpergerecht.de
 Web: www.studio-koerpergerecht.de



koerpergerecht – Pilates & mehr

Im Studio „koerpergerecht – Pilates & mehr“ bieten wir seit 2002, als erstes PILATES – Studio in Dresden, Pilates in seinem ganzen Spektrum von Matte bis zur Gerägearbeit an und ergänzen es mit zeitgemäßen Bewegungs- und Therapieformen in integrativer Körperarbeit.

So entstand ein ganzheitlicher Trainings- und Therapieansatz, der den Menschen individuell in seiner Weiterentwicklung unterstützt.

In unserem atelierähnlichen Raum erfahren Sie ruhige, konzentrierte und kreative Körperarbeit entsprechend ihren Bedürfnissen.

Wir sind PMA (Pilates-Methode-Alliance)–zertifiziert, einem international anerkannten Zertifikat, und beschäftigen uns seit 1995 mit Pilates.

Zur Förderung von qualifizierter Pilates-Arbeit sind wir aktives Mitglied im Pilates-Verband und seit 2021 anerkanntes Aus- und Weiterbildungsinstitut.

PILATES & MEHR

► ein zeitgemäßes Pilates-Training (Pilates-Training ergänzt mit Kenntnissen aus Feldenkrais, Spiraldynamik, Faszienarbeit, Kinesiologie, Franklin-Technik, Tanz und Stimmarbeit)

- Einzel- und Gruppenarbeit
- laufende Kurse und Workshops
- Geräte- Training
- Pilates Aus- und Weiterbildungen

KÖRPERTHERAPEUTISCHE VERFAHREN

- osteopathische Techniken
- Release & Regulation



körpernah – Physiotherapie - Pilates - Poledance

Kirsten Jensen
Ahsener Str. 130 | 45711 Datteln

Tel.: 02363 - 55 91 47 9
Email: info@koerper-nah.de
Web: www.koerper-nah.de



körpernah – Pilates & mehr

Wir sind körpernah und unsere Philosophie lautet: aufgerichtet, flexibel, stark und glücklich durch's Leben.

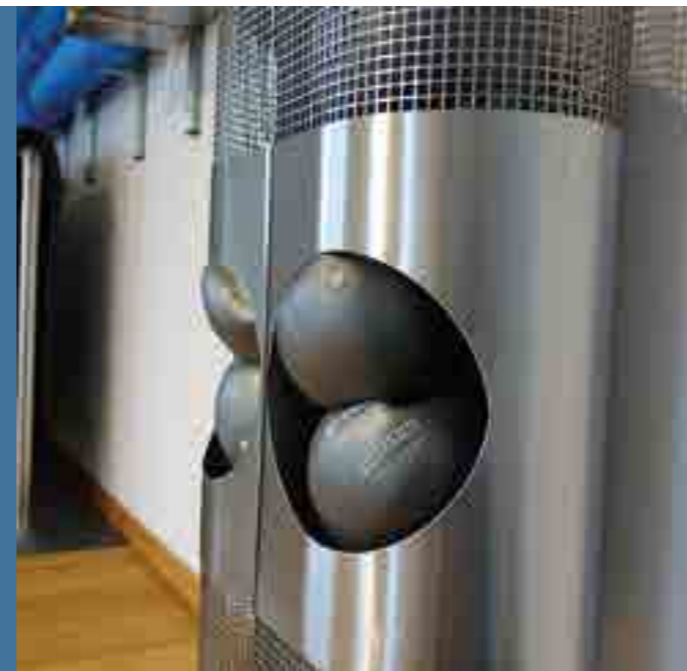
Als Ausbildungsinstitut des deutschen Pilates Verbandes möchten wir euch bewegen, hin zu: einem besseren Körpergefühl, mehr Haltung, einem starken Auftreten, Flexibilität im Umgang mit Herausforderungen und einer Ladung Wissen.

Ausbilderin Kirsten Jensen möchte euch ihre jahrelange Erfahrung als Pilatestrainerin weitergeben. Dabei fließen ihr physiotherapeutisches

Wissen, die Dozententätigkeit und natürlich das breite sportliche Repertoire mit ein. Aufbauend auf dem klassischen Pilates unterrichten wir einen modernen Stil, der den „Grundgesetzen“ treu bleibt.

Inhalte unserer 160stündigen Ausbildung sind:

- Pilatesprinzipien, Philosophie, Geschichte
- Levelgerechter Stundenaufbau (Level 0 – Level 4)
- Methodisches Unterrichten
- Erkennen individueller Körperhaltungen und angepasste Korrektur (visuell, verbal, taktil)
- Allgemeine und funktionelle Anatomie
- Schriftliche und praktische Prüfung



Pilates ist unser Grundstein, die Basis für ALLES!



MERRITHEW[®] – leaders in mindful movement[™]

Web: www.merrithew.com



MERRITHEW[®] – Mind-Body-Ausbildung

Unsere Mind-Body-Ausbildung hat sich im Verlauf von mehr als 35 Jahren auf der Grundlage der neuesten Gesundheits- und Fitnessforschung entwickelt. Wir arbeiten mit einem Team von Physiotherapeuten, Sportmedizinern und Fitnessexperten zusammen und entwickeln ergebnisorientierte Programme für alle Altersgruppen, Niveaus und Fähigkeiten. Unsere Pilates-Ausbildungsprogramme sind: STOTT PILATES[®], STOTT PILATES Rehab, ZEN-GA[®], CORE[™], Total Barre[®], Halo[®] Training und Merrithew Fascial Movement.

Als führender Anbieter des Mindful Movement hat Merrithew weltweit mehr als 70.000 Trainer

geschult und mit dem Wissen, den Fähigkeiten und der Erfahrung ausgestattet, das Leben ihrer Kunden nachhaltig zu verändern.

Unsere Programme bieten Personal Trainern, medizinischem Fachpersonal, Trainern von Fitnessgruppen, Sportlern und Rehabilitationsexperten die Möglichkeit, ihr Wissen zu diversifizieren und eine große Bandbreite an Kunden zu bedienen. Denn wir von Merrithew sind der Auffassung, dass Mindful Movement in jedem Alter – unabhängig vom Fitnesslevel und den Bewegungsfähigkeiten – praktiziert werden kann und unsere Programme spiegeln dies wider.



Programme

Die Markenprogramme von Merrithew decken jeden Aspekt des Mindful Movement ab, vom Leistungstraining bis zur Rehabilitation. Wir bieten Ausbildungen und Zertifizierungen in folgendem an:

STOTT PILATES[®]

► Ein sicherer, effektiver und moderner Ansatz der Pilates-Methode auf der Grundlage moderner Prinzipien der Trainingswissenschaften und Rehabilitation.

ZEN-GA[®]

► Eine einzigartige Mischung aus Pilates, Yoga, Kampfsport und Meditation, die Kraft, Gleichgewicht und Körperfluss wiederherstellt.

Total Barre[®]

► Ein dynamisches und musikalisches Programm, das Elemente aus Tanz, Pilates, Cardio- und Krafttraining verbindet.

Halo[®] Training

► Ein vielseitiges und adaptives Core-Integrated Bodyweight Trainingsprogramm, das funktionelle Stärke und Stabilität entwickelt.

Merrithew[®] Fascial Movement

► Ein Grundlagenprogramm, das die Bedeutung des neuromyofaszialen Systems für die alltäglichen Funktionen und die allgemeine Gesundheit hervorhebt.

CORE[™]

► Ein sehr intensives ergebnisorientiertes Leistungssportprogramm mit dem Schwerpunkt Ganzkörpertraining, Stärke und Agilität.

Merrithew Education in Deutschland

PILATESBODY

Michaela Bimbi-Dresp
Wittelsbacher Str. 16 (Eingang am Baldeplatz) | 80469 München

Tel: 089 - 74 97 59 52
Email: michaela.bimbi-dresp@t-online.de
Instagram: @pilatesbodymunich



BERLINER-PILATES

Deborah Degano
Wiesenstr. 7 | 13357 Berlin

Tel: 0163 - 85 35 39 0
Email: info@berliner-pilates.com
Instagram: @berlinerpilates



PEWE SPORTS – PILATES ZENTRUM

Petra Weitzel
Kaiserstr. 128 | 61169 Friedberg (Hessen)

Tel: 06031 - 79 19 26 2
Email: info@pewe-sports.de
Instagram: @pilates_zentrum_friedberg



more – Pilates Akademie

Almut Schotte
Leuschnerstr. 36 | 70176 Stuttgart

Tel.: 0711 - 50 45 33 30
Email: akademie@more.yoga
Web: www.more-pilates.com



more® – von der Leidenschaft zum Profi

Seit 20 Jahren bieten wir an der more Akademie in Stuttgart ein umfangreiches Ausbildungs- und Weiterbildungs-Angebot für Pilates Professionals an. Wir orientieren uns an der Vision von Joseph H. Pilates, denn unsere Leidenschaft ist es, Menschen zu helfen, sich richtig gut zu fühlen. Um unserem hohen Qualitätsanspruch gerecht zu werden, bilden auch wir selbst uns kontinuierlich fort. Wir integrieren die aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse in den Bereichen der Anatomie und Neurologie in das herausragende Trainings-Konzept des klassischen Pilates. Vom Mobility Training, dem Functional Movement und der Sport Therapie holen wir uns frische Impulse, um unsere Ausbildungen im Detail zu verfeinern.

Wir lieben Anatomie. Wir lieben Bewegung. Wir lieben Entwicklung. Unsere Teilnehmer und Teilnehmerinnen lernen daher nicht nur die Pilates Übungen und ihre Prinzipien, sondern entwickeln mit unserer Methode ein tiefes Verständnis für den menschlichen Körper. Das Resultat: Pilates Professionals, die mit Leidenschaft und viel Sachverstand ein intensives, effizientes und ganzheitlich gesundheitsorientiertes Training anbieten können. Die more Akademie bietet dazu vom 100-stündige Pilates Matwork Training über Fortbildungs-Module zu speziellen Themen bis hin zum Einzel-Coaching an den Pilates Geräten ein breites Spektrum für Deine berufliche Karriere.



„Pilates develops the body uniformly, corrects posture, restores vitality, invigorates the mind and elevates the spirit.“



PILATES NEW YORK

Davorka Kulenovic-Bischoff & Martin Arezina GbR
Ostendstr. 72 | 70188 Stuttgart

Tel.: 0711 - 28 48 26 2

Web: www.pilates-newyork.de



PILATES NEW YORK

Im Herzen des Landes Baden-Württemberg, der Landeshauptstadt Stuttgart, im Kessel und dennoch zwischen Wald und Weinreben, liegt unser Pilates Studio: Pilates New York, in welchem wir Sie gerne herzlichen willkommen heißen.

Gegründet wurde unser Studio 2005 von Davorka Kulenovic-Bischoff: Sie ist die einzige Pilates-Trainerin in Stuttgart, die im Jahr 1997 von Romana Kryzanowska, der von Joseph Pilates bestimmten Nachfolgerin, in der Original Pilates Methode in New York ausgebildet wurde. Somit zählt sie zu den Trainern der sogenannten „Zweiten Generation“. Als Auszeichnung und Bestätigung der erfolgreichen Absolvierung der

Ausbildung erhielt sie die Originalzertifikate „Pilates Method of Body Conditioning®“ und „Romana's Pilates®“.

Seit 2018 wird Davorka von Martin Arezina als Trainer und Geschäftspartner unterstützt. Martin hat seine Ausbildung zum Pilates-Trainer in unserem Studio bei Davorka erfolgreich abgeschlossen und arbeitet seitdem mit Davorka zusammen. Aufgrund seiner Zeit als Leistungssportler im Fußball, sein Studium der Physiotherapie und der Pilates-Methode hat er ein gutes Verständnis der Bewegungsmechanismen des menschlichen Körpers. Dieses umfangreiche Wissen sowie seine eigenen Erfahrungen unter-

stützen ihn in seinem Bestreben, Menschen dabei zu helfen, ihren Körper zu verbessern, zu verstehen und endlich schmerzfrei zu leben.

Seit 2019 wird das Team durch Rosamaria Granza ergänzt, die ebenfalls ab dem Jahr 2023 einen Teil der Geschäftsführung übernimmt. Rosamaria schloss ebenfalls erfolgreich Ihre Ausbildung zur Pilates-Trainerin bei Davorka ab. Davor hat sie Bewegung und Ernährung (B.A.) studiert und umfangreiche Erfahrung in der betrieblichen Gesundheitsförderung sowie in der Sporttherapie gesammelt. Aus diesem Erfahrungsschatz schöpft Sie das Wissen, dass Sie benötigt, um ihren Klienten und Klientinnen ein maßgeschneidertes Trai-

ning anzubieten, damit diese fitter werden und ihr Leben mit mehr Kraft und Beweglichkeit meistern können. Pilates New York ist ein komplett ausgestattetes, klassisches Pilates-Studio sowie anerkanntes Ausbildungsinstitut für Matten- und Studio-Trainer. Das Studio bietet sowohl Mattenurse als auch Einzel- und Doppelstunden an den verschiedenen Geräten (Reformer, Cadillac, Wunda Chair, Ladder Barrel, Big Chair, Spine Corrector, Arm Chair, Pedi Pole) an. Unsere Studenten und Studentinnen werden nach der klassischen, von Joseph Pilates entwickelten Pilates-Methode ausgebildet. Darüber hinaus bieten wir mehrere Fortbildungsveranstaltungen im Jahr an, sowohl für Studio- als auch Matten-Trainer.





pilates powers – Pilates-Ausbildung

Die praktische Pilates Ausbildung umfasst alle Pilates Geräte. In unserer Pilates Ausbildung erlernst Du neben den bekannten Großgeräten wie Reformer, Wunda Chair und Cadillac auch die Arbeit an den weniger bekannten Pilates Geräten von Joseph Pilates wie bspw. seinen Foot Corrector oder Neck Stretcher. Insgesamt sind es ca. 700 Übungen die Du in den 2 bis 3 Jahren erlernen wirst.

► Matte, Reformer, Cadillac (damit auch Tower bzw. Wall Unit), Wunda Chair, High Chair (Electric Chair), Arm Chair, Pedipole, Spine-Corrector (Step-Barrel), Ladder Barrel, Magic Circle, Breath-a-cizer, Toe-Corrector, Foot Corrector, Neck Stretcher, Push Up Device, Pilates Rolle.

Je nach Gerät und Übung erfolgt eine Diskussion von möglichen Kontraindikationen, Aufteilung in Sequenzen, Modifikationen, Variationen und Transitionen.



Die vollständige Studio-Ausbildung umfasst mindestens 620 Stunden

- mindestens 120 Stunden Ausbildung in den oben beschriebenen Inhalten.
- 200 Stunden Eigentaining über den Zeitraum von ca. 3 Jahren. 200 Stunden Eigenunterricht über den Zeitraum von ca. 2 -3 Jahren.
- 100 Stunden Observation.

Kleine Prüfungen statt einer Großen

Um die Studio-Ausbildung vollständig abzuschließen, führen wir folgende Prüfungen durch:

- Anatomie-Examen (kann direkt nach Abschluss der 10 Stunden Anatomie erfolgen).
- Schriftliche Prüfung über alle Inhalte der Ausbildung.
- Eigen-Demonstration von 10 zufällig ausgewählten Übungen über alle Geräte.
- Nach dem Matten Modul einmal die 34 Übungen aus „Return to Life“ von Joseph Pilates in seiner Reihenfolge durchturnen und einmal anleiten.
- Nach dem Reformer Modul einmal die gesamte Advanced Reformer Reihenfolge unterrichten und selber auf Basis der Anleitung einer anderen Person vorturnen.
- Nach dem Cadillac Modul einen Flow mit der Roll-Down-Bar oder der Push-Throug-Bar, bestehend aus ca. 10 - 15 Übungen, unterrichten (jeweils nur drei Wiederholung). Den Flow einmal selbst vorturnen.
- Nach dem Wunda Chair einen eigenen auf einander aufbauenden Flow mit ca. 10 – 15 Übungen unterrichten der den Körper möglichst umfassend bewegt, dehnt und kräftigt. Den Flow einmal selbst vorturnen.
- Nach dem Arm Chair einen eigenen auf einander aufbauenden Flow mit ca. 10 – 15 Übungen unterrichten der den Körper möglichst umfassend bewegt, dehnt und kräftigt. Den Flow einmal selbst vorturnen.
- Nach dem Spine Corrector einen eigenen auf einander aufbauenden Flow mit ca. 10 - 15 Übungen unterrichten der den Körper möglichst umfassend bewegt, dehnt und kräftigt. Den Flow einmal selbst vorturnen.
- Eine Person im Einzeltraining anleiten (60 Minuten) mit optimaler Nutzung der Pilates Geräte.
- Gruppe anleiten (jeweils 60 Minuten) auf Matte, Reformer, Tower und Wunda Chair.
- Abschlussarbeit über ein vereinbartes Vertiefungsthema (ca. 5 bis 7 Seiten).

Wir bieten zwei Formate an:

Wöchentliche Treffen oder ein Treffen im Monat

Monatliches Treffen - für Teilnehmer mit längerer Anfahrt

- Wir treffen uns einen Samstagnachmittag pro Monat für 5 Stunden Unterricht. Am Samstagvormittag und Sonntagvormittag kannst Du kostenlos das Studio nutzen, um die gelernten Übungen für Dich alleine oder mit den anderen noch einmal durchzugehen.

Wöchentliche Treffen - für Teilnehmer in der Nähe

- In 1 bis 2 Ausbildungsstunden lernst Du Übungen und Konzepte die Du dann die Woche über weiter im Eigentaining und durch Besuchen von Gruppenstunden und Einzeltraining vertiefst. Nach ca. 6 Monaten startest Du selbst damit in kleinen Gruppen mit zunächst max. 3 Teilnehmern zu unterrichten. Pilates Lehrer sind sehr gefragt und die meisten meiner Trainer in Ausbildung fangen schon im ersten Jahr an auch in anderen Studios zu unterrichten. Unsere Ausbildung ist modular: so kannst Du selbst bestimmen, welche Inhalte Du lernen und vertiefen möchtest. Du lernst also in Deinem Tempo und probierst das Gelernte im Studio im Eigentaining und beim Unterrichten bspw. von kleineren Einheiten in unseren Gruppenstunden aus. Möchtest Du alle Inhalte lernen, so beläuft sich die Lernzeit auf circa 3 Jahre. Du kannst aber auch schneller lernen und in zwei parallel laufenden Ausbildungsgruppen einsteigen, oder Dir eben durch Pausen und Wiederholungen mehr Zeit geben.

POLESTAR®

Krefelder Str. 18 | 50670 Köln

Tel.: 0221 - 16 79 46 - 9

Email: info@polestarpilates.de

Web: www.polestarpilates.de



POLESTAR® – modernes effektives und sicheres Lernen mit online Unterstützung

- 30 Jahre weltweit und über 20 Jahre in Europa
- innovativ an der Spitze der Pilatesbewegung.
- Tausende von POLESTAR Trainer weltweit - Treten Sie einer globalen Gemeinschaft von Pilates-Trainern bei, die in über 50 Ländern ausgebildet wurden und erhalten weltweite Anerkennung!
- Kundenzentrierter Lehrplan – Sie lernen nicht nur Übungen, sondern durch unser didaktisches System jeden Menschen effektiv zu unterrichten!
- Alle Ausbilder haben langjährige Berufs-, und Unterrichtserfahrung.
- Hohe Anzahl von sich ständig weiterentwickelnden Aufbaukursen – Lernen sie immer mehr!

Das POLESTAR-Pilates-Curriculum hat sich weltweit den Ruf als das wissenschaftlich fundierteste Pilates-Curriculum erworben und die Pilates-Ausbildung auf ein neues Level gebracht. Unsere Kursformate umfassen Online- und Präsenzanteile.

Lernen Sie mit der POLESTAR online Plattform 2.0. Hier findet der Student über 100 Std. Videomaterial des gesamten Curriculums. Sie können so jedes Präsenzwochenende nach ihren Bedürfnissen Vor- und Nacharbeiten!



POLESTAR® GATEWAY – Pilates für Einsteiger

- ▶ Sie möchten mehr über Pilates erfahren, sind sich aber noch nicht sicher, ob sie eine ganze Trainer Ausbildung ablegen möchten?
- ▶ Sie sind Gesundheit- und Fitness-Profis, und möchten ihre derzeitige Praxis sofort mit Pilates ergänzen?
- ▶ Sie sind Pilates-Enthusiasten, und möchten Ihre Pilates-Erfahrung vertiefen und vielleicht Ihr Hobby zum Beruf machen?

Für Sie hat POLESTAR® das GATEWAY Pilates Konzept – Sie können wählen zwischen:

- GATEWAY Mat – Einführung in die Pilates Methode auf der Matte
- GATEWAY Reformer – Einführung in die Pilates Methode mit dem Reformer
- GATEWAY Comprehensive – Einführung in die Pilates Methode mit dem Reformer, Trapeze Table, Chair, Ladder Barrel und Spine Corrector

Nach dem GATEWAY Kurs können Sie entscheiden, tiefer in eine Kurs-Serie einzusteigen und Ihren Weg zum international anerkannten POLESTAR TRAINER fortzuführen, oder Ihre Erfahrung nach dem GATEWAY Wochenende beenden.



▶ POLESTAR® – Kurse für Einsteiger



▶ POLESTAR® – Ausbildungen



▶ POLESTAR® – Weiterbildungen



The Body In Balance Studio

Mehringdamm 69 | 10961 Berlin / Kreuzberg

Mobil: 0172 - 38 30 97 4

Email: info@pilatesberlin.de

Web: www.pilatesberlin.de



BODY IN BALANCE STUDIO BERLIN

Das „Body in Balance Studio“ in Berlin ist ein unabhängiges Ausbildungsinstitut der Master Trainerin Joanna Mountfield. Seit mehr als 15 Jahren bieten wir unser Pilates Teacher Training in Berlin an, und wurden in dieser Zeit zu einem Begriff in Sachen Lehrkompetenz. Im Jahr 2006 gehörte das „Body in Balance Studio“ zu den ersten Gründungseinrichtungen des Deutschen Pilates-Verbandes.

In einem Markt, der von Ausbildungsanbietern überschwemmt wird, kann es schwierig sein zu erkennen, welche Ausbildung die richtige Wahl ist. Es gibt viele Optionen in Sachen Ausbildung, und sicher hat jede von ihnen etwas Spezielles zu bieten. Wir vom „Body in Balance Studio“ legen sehr großen Wert darauf, den Schülern die Werkzeuge an die Hand zu geben, die es ihnen ermöglichen mit jedem Körper zu arbeiten und den damit verbunden speziellen Bedürfnissen des Kunden gerecht zu werden. Die Transformation der Bewegungsmuster hat das Potential, das Leben eines Kunden positiv zu verändern.



Unser umfassender Kurs bietet die optimale Grundlage für Absolventen, um eine Vielzahl von Karrierewegen in der Pilates-Branche einzuschlagen, vom Gruppenunterricht über Personal Training bis hin zur Leitung eines eigenen Pilates-Studios. Kleine Gruppengrößen von maximal 8 Teilnehmern sorgen für eine entspannte, von Mentoren geleitete Lernumgebung. Die Teilnehmer können in die Pilates-Methode eintauchen und ihre individuellen Lehrfähigkeiten entwickeln. Es handelt sich nicht um einen Crashkurs, sondern um eine mehrmonatige Vertiefung der Methode und ihrer vielen Facetten. Potentiellen Lehren sollen ihre eigene individuelle Unterrichtsstimme entdecken können.

Ein besonderes Merkmal der Ausbildung im „Body in Balance Studio“ ist die breite im Studio verfügbare Palette an Geräten, die wir den Schülern für die Dauer der Ausbildung ohne zusätzliche Kosten zur Verfügung stellen. Unserer drei Trainingsräume sind ausgestattet mit 9 Towers, 9 Reformers, 7 Wunda Chairs, Cadillac, Ladder Barrel, Pedi Pul usw. Die Ausstattung umfasst sowohl klassische als auch moderne Geräte, so dass die Schüler/innen die Besonderheiten beider Varianten kennenlernen können. Wir ermutigen dich zur Neugierde und zum Explorieren und fördern einen praktischen Ansatz zum Erlernen der Methode.

Alle Seminarstunden werden von Joanna Mountfield persönlich unterrichtet. Die Kontinuität des Unterrichts ist gewährleistet, und die Schüler profitieren von Joannas über 2 Jahrzehntelanger nationaler und internationaler Erfahrung.

Der umfassende Kurs deckt die gesamte Bandbreite der von der Pilates Method Alliance empfohlenen Inhalte auf Geräte und Matte ab. Das ausgeglichene Tempo und die Dauer des Kurses sorgen dafür, dass die Inhalte von allen Teilnehmern vollständig aufgenommen und verarbeitet werden können. Unsere Ausbildung wird sowohl von der Pilates Method Alliance als auch vom Deutschen Pilates Verband anerkannt. Die Seminare werden in deutscher Sprache gehalten und notwendige Lehrmittel stellen wir in deutscher Sprache zur Verfügung. Englische Übersetzungen und Materialien sind auf Anfrage ebenfalls erhältlich.

Ausbildungs Inhalt (Insgesamt 411 Stunden)

- ▶ 121 Präsenzstunden
- ▶ 30 Stunden Fernstudium/Projektarbeit
- ▶ 40 Beobachtungsstunden
- ▶ 80 Teilnahmestunden
- ▶ 100 Stunden Selbststudium
- ▶ Praxisstunden im Studio
- ▶ 40 Unterrichtsstunden

(Hinweis: Beobachtungs- und Teilnahmestunden müssen nicht alle in Berlin absolviert werden).

The Pi Pilates Concept Ausbildungszentrum – PiLates Concept® (TPC®)

Joey Cordevin
Harksheider Str. 6a | 22399 Hamburg

Tel.: 040 - 75 66 45 96
Email: office@pilatesausbildungszentrum.de
Web: www.pilatesausbildungszentrum.de



THE PI CONCEPT® – Qualität vor Quantität!

Pi-Concept® ist ein von der mehrfachen Therapeutin Joey Cordevin entwickeltes, auf medizinischen und wissenschaftlichen Erkenntnissen der Neurophysiologie und der Biomechanik basierendes neues Trainingskonzept, welches die klassischen Pilates-Prinzipien mit Elementen der dynamisch neuromuskulären Stabilisation, der myofaszialen Integration, des funktionellen Trainings, der NeuroAthletik und der sensorischen Integration verbindet – Persönlich und individuell!

Das TPC® Ausbildungszentrum bietet in sich abgeschlossene Grundausbildungen zum The Pi Concept® Mat-Instructor sowie zum The Pi Concept® Studio-Instructor an. The Pi Concept® Grundstudiengänge folgen einem didaktisch methodischen Aufbau der Qualitätsstandards setzt!

Nach dem Grundstudium sind The Pi Concept® Absolventen in der Lage, eigenverantwortlich und eigenanalytisch im Personal Training sowie im Gruppen Training ihre jeweiligen Teilnehmer zu unterrichten und zu begleiten.

Persönlich und Individuell – ob Reha, Fitness oder Leistungssport!

Individuell wählbare Workshops vertiefen, spezifizieren und spezialisieren Kompetenz und Wissen!

Individuell wählbare Workshops vertiefen, spezifizieren und spezialisieren Kompetenz und Wissen! Das The Pi Concept® Ausbildungsinstitut ist mit seinen Ausbildungen sowie auch den Workshops vom deutschen Pilates Verband anerkannt!

LEITSÄTZE VON JOEY CORDEVIN:

„Durch Wiederholung einer Handlung wird deren Qualität nicht besser, nur geläufiger!“

„Nicht so maximal oder minimal wie möglich, sondern so optimal wie nötig!“

„Qualität vor Quantität!“

Warum The Pi Concept®-Ausbildungszentrum?

Das TPC® - Ausbildungszentrum steht unter der Leitung von Joey Cordevin:

„Als mehrfach zertifizierte Pilates Studio Instruktorin, examinierte Physiotherapeutin, Bobath-Therapeutin, SI-Coach, Bewegungsanalytikerin, Tänzerin, Choreographin, vocal und mental Coach, zusätzlich geprüft und zertifiziert in myofaszialer Therapie, Neurofunktioneller Integration und NeuroAthletik sowie Sportphysiologischer Therapie, habe ich in allen Bereichen langjährige Unterrichtserfahrung. Mit dem Ziel, die wissenschaftlichen Erkenntnisse und therapeutischen Erfahrungen sowie die Pilates Methode stärker zu verbinden, habe ich mich entschieden, ein eigenes Ausbildungsinstitut innerhalb des Pilates Verbandes zu gründen, um die von mir gewünschten Anforderungen innerhalb des Pilates Trainings an Pilates Studenten weiter zu geben. Die Integration dieses Backgrounds in die PiLates Ausbildung ist einzigartig und besonders! Absolventen des The Pi Concept® PiLates-Ausbildungszentrums sind PiLates Instruktoren, die mit eigenständiger Analyse Fähigkeit und Vielseitigkeit ausgestattet, persönlich und individuell unterrichten können! Fachkompetenz, Vermittlungskompetenz sowie gezielte Stimulation ermöglichen eine neurologisch höherwertige Verarbeitung und damit ein wirkungsvolleres Training!“

Ausbildungen auf Englisch oder Deutsch!





THE PILATES STANDARD®

Bob Liekens – The Pilates Standard Int AB (Hauptverwaltung)
Hävertgatan 21 | 254 42 Helsingborg (Schweden)

Tel.: 046-42 12 81 90

Email: office@thepilatesstandard.eu

Web: www.thepilatesstandard.com



THE PILATES STANDARD

The Pilates Standard started 2013 with Bob Liekens as a Co-owner and coordinator, creator of our educational programs and its educational materials. With his more than thirty years in the Pilates industry, trained students, clients, mentoring teachers and created educational and workshop materials for other Pilates Schools. Bob was a true student of Romana Kryzanowska. Our goal was very clear – to ensure that the legacy Joseph Pilates gave Romana Kryzanowska

and she passed on to Bob, Phoebe Higgins, Kary Reagan and others was kept. To create clear and structured training manuals without the material becoming too much/overwhelming for our future students.

The inspiration to the LEAP was to finely create a second manual that would ensure that the knowledge was kept to the „new generation of Pilates Teachers“ – You!



Ensuring the Legacy

The Pilates Standard (TPS) is an international Pilates teacher training school. Teaching classical Pilates is our mission. We are passionate about upholding the ground breaking work of Joseph Pilates that was passed on to us over the last three decades by Mr Pilates disciple, Romana Kryzanowska and her student Bob Liekens. We uphold the teachings of the traditional method, with help of archival documentation, as the system is both brilliant and effective.

Our goal for apprentices is that they will learn to teach the method according to classical Pilates standards. TPS instructors learn the extensive Pilates system focused on both physical and mental incorporation with a deep knowledge and understanding of the exercises. Our teachers learn to utilize all of the pieces of equipment that are based on Joseph Pilates original designs. TPS teachers learn how to teach without losing the expansiveness of the method.

Our curriculum is based on three systems that each contain levels and progressions.

Our Programs

First and foremost there is the requirement that you as a teacher completely understand the Method in you own body. Practice and learn the exercises from A to Z without failure. You will want to embody your teaching. Then there is the challenge to share your experience with your clients only from your own experience!

MATWORK

A 4x2 days program with the levels Intro, Ideal, Anatomy & Orthopedic fundamentals and Challenge and only one exam

COMPREHENSIVE

The full vocabulary and apparatus, a 6x3 day program and includes a total of 400 – 600 apprentice hours. 3 check ups and one final exam, First timer/Intro – Challenge level, Anatomy & orthopedic fundamental.

LEAP

A 3 block – 14 days Learning Educational Advancement Program. No exam, only inspiration, deepen your knowledge and to challenge your teaching

CONTINUING EDUCATION

All prospective apprentices interested in a certificate from THE PILATES STANDARD need to know that the real learning begins after finishing the training. Continued education, and development of your abilities is part of the profession of a Pilates teacher. Only when you stay inspired are you able to inspire others.

TPS Community

We are all passionate instructors with various backgrounds from Sweden in the north to Greece and Italy in the south all the way over the Atlantic ocean to the United States. We'll keep on growing to make sure the Legacy will remain.

DEUTSCHER
PILATES
VERBAND

Deutscher Pilates-Verband e.V.
Postfach 190339
80609 München

Fon: +49 151 . 1200 3653
info@pilates-verband.org
www.pilates-verband.org

 /pilates.verband

 /deutscher_pilates_verband