

Freitag 01.11.24 *

Nachmittag

Zeit	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 5
13:30	CheckIn			
14:00	<i>POLESTAR:</i> „Critical Reasoning“ für Pilates-Lehrer	<i>The Pilates Standard:</i> Workshop: Das ist klassisches Pilates!	<i>Pilates Studio Berlin:</i> Understanding the system by using apparatus and mat.	
18:00	Ende des Programms			
18:30				Mitgliederversammlung des Deutschen Pilates- Verbandes e.V. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Legende:

Workshop (blau)

Masterclass (grün)

Vortrag (grau)

Alle mit * gekennzeichneten Kurse, Tage bzw. Säle werden *nicht* im Live Stream übertragen!

Samstag 02.11.24

Vormittag

Zeit	Raum 1 Allegro	Raum 2 Ref/Mat	Raum 3 Studio	Raum 4 Mat	Raum 5 Mat	Speaker's Corner *
08:30	Check In					
08:45	Begrüßung in Raum 1					
09:00	Kane School: Decompress the spine	Complete Pilates Akademie: Standing Pilates	Die Bewegungsakademie: Beckenboden & Core – funktional und faszial vernetzt	The Pi Concept: Neuro Pilates *	More Pilates: Mobilität für Hüfte und Schulter	Core Pilates: Q&A: Austausch über traditionelles Pilates
10:00	Pause			Pause		
10:15		Körpernah: Brustwirbelsäule, Schulterblatt und Schulter – Zusammenhänge und Abhängigkeiten	Core Pilates: Moving from the middle	Pause		POLESTAR: Pilates auf Rezept!
11:15	Pause			Pause		
11:30	Die Bewegungsakademie: Die bewegte Hüfte – 2 Perspektiven.			Körpergerecht: Upper core Matwork – mehr Beweglichkeit und Stabilität *	The Pilates Standard: Archival Matclass	The Pilates Standard: Geklaut oder erfunden? Woher hatte Joseph Pilates seine Ideen?
12:30	Mittagspause inkl. Mittagessen					

Samstag 02.11.24

Nachmittag

Zeit	Raum 1 Allegro	Raum 2 Ref/Mat	Raum 3 Studio	Raum 4 Mat	Raum 5 Mat	Speaker's Corner *
13:30	The Pilates Standard: Klassisches Pilates: rock the reformer!	Kane School: Osteoporose vorbeugen – gesund bleiben im Alter	Pilates NewYork: Spine-Corrector	Körpergerecht: Pilates Basic Workshop für Läufer *	Essence Pilates: Der Psoas – Retter der Bandscheiben	SporThera Akademie: Facebook und Insta als Multiplikatoren
14:30	Pause			Pause		Pause
14:45	keep in motion PILATES: Standing Pilates: Balance, Rumpfkraft & Koordination!	STOTT PILATES®: Athletic Conditioning on the Cardio Tramp Rebounder		POLESTAR: Pilates trifft Shiatsu		SporThera Akademie: Wie werde ich Präventionstrainer/in?
15:45	Pause		Pause			
16:00	Balanced Body: How to take basic Reformer exercises and step them up!			Die Bewegungsakademie: Pilates – ein faszialer Ansatz.	BASI: Pilates sensitiv	The Pilates Standard: Gib deiner Stimme Sicherheit
17:00		Pause				Pause
17:15		keep in motion PILATES: Standing Pilates on the SPINEFITTER				SporThera Akademie: Durchführung von Gesundheitsreisen als Präventionskurse
18:15	Ende des Programmes. Ab 19:30 Uhr startet das Get Together. Infos & Anmeldung über www.pilates-convention.org					

Sonntag 03.11.24

Zeit	Raum 1 Allegro	Raum 2 Ref/Mat	Raum 3 Studio	Raum 4 Mat	Raum 5 Mat	Speaker's Corner *
9:00	POLESTAR Reformer Fitness	STOTT PILATES®: Intro to Essential Reformer	Core Pilates: Traditional open studio	Complete Pilates Akademie: Neues und Altes mit der Pilates Rolle	BASI: Marathon Mat	SporThera Akademie: Durchführung von Gesundheitsreisen als Präventionskurse
10:00			Pause			Pause
10:15			The Pi Concept: Der aktive Stütz *	Körpergerecht: Pilates Basic Workshop für Läufer *		SporThera Akademie: Facebook und Insta als Multiplikatoren
11:15	Pause			Pause		
11:30	Essence Pilates: Finetuning Reformer	Complete Pilates Akademie: Magic Circle klassisch und mehr		ZPP Einweisung *	keep in motion PILATES: Pilates RückenFit	Körpergerecht: Pilates & Psyche: psychosomatische Themen im Pilates *
12:30	Mittagspause inkl. Mittagessen				Mittagspause inkl. Mittagessen	
13:30	Die Bewegungsakademie: Reformer Unlimited	STOTT PILATES®: Bodyweight Training	Pilates Studio Berlin:: Giving deep Powerhouse work by understanding your Client's body		Balanced Body: Improving your Pilates Mat using Props	Gesundheitsticket & HealthVoucher: Mehr Umsatz & Kunden
14:30	Pause					Pause
14:45 – 15:45	POLESTAR: Reformer für die Schulter					SporThera Akademie: Wie werde ich Präventionstrainer/in?