

## Freitag 01.11.24 \*

### Nachmittag

Zeit	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 5
13:30	CheckIn			
14:00	<i><b>POLESTAR:</b></i> „Critical Reasoning“ für Pilates-Lehrer	<i><b>The Pilates Standard:</b></i> Workshop: Das ist klassisches Pilates!	<i><b>Pilates Studio Berlin:</b></i> Understanding the system by using apparatus and mat.	
18:00	Ende des Programms			
18:30				<b>Mitgliederversammlung des Deutschen Pilates- Verbandes e.V.</b> 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	<b>Kane School:</b> Decompress the spine	<b>Complete Pilates Akademie:</b> Standing Pilates	<b>Die Bewegungsakademie:</b> Beckenboden & Core – funktional und faszial vernetzt	<b>The Pi Concept:</b> Neuro Pilates *	<b>More Pilates:</b> Mobilität für Hüfte und Schulter	<b>Core Pilates:</b> Q&A: Austausch über traditionelles Pilates
10:00	Pause			Pause		
10:15		<b>Körpernah:</b> BSS-Region: Brustwirbelsäule, Schulterblatt und Schulter – Zusammenhänge und Abhängigkeiten	<b>Core Pilates:</b> Moving from the middle	Pause		<b>POLESTAR:</b> Pilates auf Rezept!
11:15	Pause			Pause		
11:30	<b>Die Bewegungsakademie:</b> Reformer und das Orchester des C(h)ores.			<b>Körpergerecht:</b> Upper core Matwork – mehr Beweglichkeit und Stabilität *	<b>The Pilates Standard:</b> Archival Matclass	<b>The Pilates Standard:</b> 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	<b>The Pilates Standard:</b> Klassisches Pilates: rock the reformer!	<b>Kane School:</b> Osteoporose vorbeugen – gesund bleiben im Alter	<b>Pilates NewYork:</b> Spine-Corrector ganz klassisch	<b>Körpergerecht:</b> Pilates Basic Workshop für Läufer *	<b>ESSENCE Pilates:</b> Der Psoas – Retter der Bandscheiben	<b>SporThera Akademie:</b> Facebook und Insta als Multiplikatoren
14:30	Pause			Pause		Pause
14:45	<b>keep in motion PILATES:</b> Standing Pilates: Balance, Rumpfkraft & Koordination!	<b>STOTT PILATES®:</b> Athletic Conditioning on the Cardio Tramp Rebounder		<b>POLESTAR:</b> Pilates trifft Shiatsu		<b>SporThera Akademie:</b> Wie werde ich Präventionstrainer/in?
15:45	Pause		Pause			
16:00	<b>Balanced Body:</b> How to take basic Reformer exercises and step them up!		<b>Die Bewegungsakademie:</b> Pilates – ein faszialer Ansatz.	<b>BASI:</b> Pilates sensitiv	<b>The Pilates Standard:</b> Gib deiner Stimme Sicherheit	<b>Balanced Body:</b> Breast Cancer - Training to Heal
17:00		Pause				Pause
17:15		<b>keep in motion PILATES:</b> Standing Pilates on the SPINEFITTER				<b>SporThera Akademie:</b> Durchführung von Gesundheitsreisen als Präventionskurse
18:15	Ende des Programmes. Ab <b>19:30 Uhr</b> startet das <b>Get Together. Infos &amp; Anmeldung</b> über <a href="http://www.pilates-convention.org">www.pilates-convention.org</a>					

## 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	<b>POLESTAR</b> Reformer Fitness	<b>STOTT PILATES®:</b> Intro to Essential Reformer	<b>Core Pilates:</b> Traditional open studio	<b>Complete Pilates Akademie:</b> Neues und Altes mit der Pilates Rolle	<b>BASI:</b> Marathon Mat	<b>SporThera Akademie:</b> Durchführung von Gesundheitsreisen als Präventionskurse		
10:00	Pause			Pause				
10:15	Pause		<b>The Pi Concept:</b> Der aktive Stütz *	<b>Körpergerecht:</b> Pilates Basic Workshop für Läufer *		<b>SporThera Akademie:</b> Facebook und Insta als Multiplikatoren		
11:15			Pause			Pause		
11:30	<b>ESSENCE Pilates:</b> Finetuning Reformer - Ausrichtung und Präzision im Training	<b>Complete Pilates Akademie:</b> Magic Circle klassisch und mehr	Mittagspause inkl. Mittagessen		<b>Sissel Academy:</b> Pilates meets Sissel Octocore	<b>keep in motion PILATES:</b> Pilates RückenFit		
12:30	Pause				<b>Körpergerecht:</b> Pilates & Psyche: psychosomatische Themen im Pilates *			
13:30	<b>Die Bewegungsakademie:</b> Reformer als Energiedusche	<b>STOTT PILATES®:</b> Bodyweight Training	<b>Pilates Studio Berlin::</b> Giving deep Powerhouse work by understanding your Client's body	<b>Sissel Academy::</b> Funktionelles Training über myofasziale Ketten und dem Sissel Octocore	<b>Balanced Body:</b> Improving your Pilates Mat using Props	Gesundheitsticket & HealthVoucher: Mehr Umsatz & Kunden		
14:30	Pause					Pause		
14:45 – 15:45	<b>POLESTAR:</b> Reformer für die Schulter					<b>SporThera Akademie:</b> Wie werde ich Präventionstrainer/in?		