

BodyBalancePilates

- Ausbildung zum Pilates-Instruktor – 100 Ausbildungsstunden

Zielgruppe: Physiotherapeuten, Masseur und med. Bademeister, Dipl.-Sportlehrer, Ergotherapeuten, Interessenten insb. Berufe aus medizinischen Bereichen

Termine Beginner-Kurs Modul I: 15. - 16.03.11 (Mo. - Di.)

Präsenzphase: Intermediate-Kurs Modul II: 27. - 28.05.11 (Fr. - Sa.)

Intermediate-Kurs Modul III: 30.06. - 02.07.11 (Do. - Sa.)

Dazu kommen noch die Zeiten für Hospitationen, Selbststudium, Lektionsaufgaben etc., diese sind wesentlicher Bestandteil der Ausbildung
Der Kurs kann nur komplett gebucht werden.

Kurszeiten: 1. Tag 10:00 -19:00 Uhr sonst jeweils 09:00 - ca. 19:00 Uhr

Gebühr: € 645.- inkl. Skript

Kursumfang: 100 Std. (Präsenzphase, Hospitationen, Selbststudium, Lektionsaufgaben)

Fortbildungspunkte 70

Referent: Kurt Rotter, seit 1991 Physiotherapeut - von 1996 bis 2003 in England in versch. Bereichen der Physiotherapie tätig; u.a. eigene Praxis. Pilatesausbildung in London bei Lynn Robinson. Weiterentwicklung des Pilates auf medizinischer und physiotherapeutischer Basis. Gründung von BodyBalancePilates® in 2002 u. „Verband der Pilates-Trainer in Medizin & Sport e.V.“ in 2008. Leitung und Ausbilder im medizinischen Sektor (in D-A-CH). Des Weiteren klinikinterne Schulungen und Tätigkeit für den Qulifinziierungsbund Wellnesshotels Österreich. Veröffentlichung diverser Artikel in Fachzeitschriften. Mit über 1200 ausgebildeten Teilnehmern blickt er auf eine erfolgreiche Zukunft zurück (Stand 04/2010).

Teilnehmer: min. 10 max. 14

Mitzubringen: bequeme Sportkleidung/-schuhe, Tennisball, Theraband mittlere Stärke, Schreibsachen

Was ist BodyBalancePilates®? Kurz: Wahrnehmungs-, Stabilisations-, Koordinations-, Muskelgleichgewichts- und Haltungstraining.

Anders ausgedrückt: Pilates ist eine Selbstbeobachtung des eigenen Körpers mit kontrollierten und fließenden Bewegungen. Das Training der inneren Muskulatur ist schwierig in der Umsetzung – wird bei Regelmäßigkeit aber mit guter Haltung, einem kräftigeren, flexibleren und ausdauernderen Körper belohnt. Das muskuläre Gleichgewicht wird wieder hergestellt. Ausgewählte Übungen trainieren zugleich eine Vielzahl von Muskelgruppen. Der Körper wirkt straffer und konditionierter.

Diese weiterentwickelte Methode nach K.R.D. ist im medizinischen Sektor hervorragend anwendbar und darüber hinaus für jedes andere Klientel.

Die optimale Ausbildung fachkundiger und kompetenter Instrukturen ermöglicht es, diese einzigartigen Inhalte von BodyBalancePilates® in ihren Trainingseinheiten individuell und effektiv zu vermitteln und die gewünschten Trainingsresultate zu erzielen, bei gleichzeitiger Vermeidung von Verletzungen.

Die Prinzipien: Genauigkeit – Kontrolle - Zentrum sind ausschlaggebend, speziell, wenn mit „Dritten“ gearbeitet wird. Im Verlauf des Kurses werden u. a. an Probanden Erlerntes angewendet sowie der Aufbau einer Übungsstunde und die Anleitung des Mattenprogramms für Gruppen geübt.

Ausbildung in 3 Modulen - die Prüfung mit Prüfungsvorbereitung (ein Tag) erfolgt separat und richtet sich nach dem Zeitplan des Teilnehmers. Selbststudium - Üben am eigenen Körper, Lektionsaufgaben etc. sind Bestandteil der Ausbildung.

Kursziel:

Erlernen eines Grundlagen-Mattenprogramms und die Befähigung, diese Information im Einzel- und Gruppenunterricht weiterzugeben.

Unsicher, welche Ausbildung die Richtige ist? Entscheiden Sie selbst:

Geprüft oder nicht geprüft? - Der Begriff „Pilates“ ist nicht geschützt und so gibt es große Qualitätsunterschiede in den Ausbildungen.

Verlässlicher Ausbildungspartner - Kurskonzept wurde durch den Präventionsbeauftragten der AOK-Direktion (Bayern) vollständig geprüft. Die notwendigen Voraussetzungen für eine Förderung sind erfüllt und die zentrale Anerkennung nach § 20 Prävention ist geschaffen.

Eine Bezuschussung durch die Krankenkassen (bis zu 80%) erfolgt ausschließlich bei entsprechender Qualifikation.

Med. Grundlage Kursinhalte sind aufbauend strukturiert – konzipiert auf der Basis einer med. Grundlage, weniger aus der Sicht „Hauptsache, es wird sich bewegt“. So können Sie Ihr Pilates im professionellen Rahmen in allen Bereichen einsetzen (Physiotherapie, Rückenschulkurse, Wellnessbereichen, Fitnesscentern u.v.m.)

Kursteilnehmer - geeignet für alle Altersgruppen – unabhängig vom Trainingszustand. Auf Wunsch findet eine Einzelstunde statt, um individuelle Probleme hervorzuheben. Kleine Gruppengröße mit gemischter Altersstruktur gewährleistet intensive & individuelle Ausbildungsstunden. Die Übungen steigern sich aufbauend vom Beginner- zum Fortgeschrittenen-Programm; es werden keine Pilates-Kenntnisse erwartet. Die Übungen starten in kleinen Sequenzen und steigern sich im Verlauf des Kurses zu kompakten Übungsabläufen, die auf unterschiedliche Schwierigkeitsgrade eingestellt werden können.

Kurskonzept - 3 aufbauende Module. Wir verzichten bewusst auf Bezeichnungen verschiedener Abschlüsse, erlangten Grade etc. Mit erfolgreichem Abschluss der gesamten Ausbildung erlangen Sie das BodyBalancePilates® Zertifikat mit 100 Ausbildungsstunden!

Lehrmaterial - ausführlich bebilderten Kurs-Skripten für Theorie- und Praxis. Das Erlernte kann so außerhalb des Kurses verständlich nachvollzogen und eingeübt werden.

Prüfung - Gruppendynamisches, gezieltes Erarbeiten der Lehrinhalte in Theorie & Praxis in harmonischer Gruppenarbeit ohne Prüfungsstress. Die Prüfung kann nach den drei Modulen abgelegt werden. Prüfungstermine werden in den Lehrgängen vereinbart – Sie entscheiden „wann“! Der Prüfungstag bereitet den Teilnehmer optimal auf die Prüfung vor. Der Schreck den viele Kurse haben ist die

Prüfung - das wissen wir und versuchen daher, diesen Tag so angenehm und so lehrreich wie möglich zu gestalten. Hier braucht keiner Angst zu haben.

Sonstiges

Auch nach der Ausbildung steht Ihnen BodyBalancePilates® mit Rat & Tat zur Seite. Kursmanual für die Krankenkassen, Logo für die Bewerbung Ihrer Kurse, Werbemittel etc.

Zwei Datenbanken im Web www.bodybalancepilates.de & www.pilates-Instruktor.de veröffentlichen alle zertifizierten Kursteilnehmer – geordnet nach PLZ. So finden Interessierte schnell zu Ihnen Kursen.

Ausbildung ist u.a. anerkannt vom „Verband der Pilates-Trainer in Medizin & Sport e.V.“

Institut

Fortbildungs-Zentrum