

Pilates Bodymotion Matwork Ausbildung - 01 Matwork BASIC | FP

Deine [1. Degree Ausbildung](#) für Matwork schließt mit dem PILATES Bodymotion Trainer für Matwork ab. Sie umfasst insgesamt 113 Ausbildungsstunden, so dass Du mit erfolgreichem Bestehen die Anerkennung des Deutschen Pilates Verbandes erzielst. Und bei entsprechender Vorqualifikation kannst Du im Rahmen des §20 Präventionskurse mit Krankenkassenanerkennung unterrichten.

Diese Ausbildungsreihe umfasst die Module Matwork Basic, Beginner, Intermediate, Bodymotion Anatomy sowie der Practice Day und das Final Exam.

Weitere Informationen gibt es unter www.pilates-bodymotion.de

01 Matwork BASIC

- Eigene gute körperliche Fitness.
- Erfahrung im Fitness- und Gesundheitssport oder Tanz etc.
- Mindestens 10 Teilnahmen am Pilates Matwork-Unterricht. In diesem Kurs werden die essentiellen Grundlagen der PILATES Bodymotion-Methode vermittelt. Sieben Prinzipien, die auf physiologischen und funktionellen Kriterien basieren, bieten die Verständnisgrundlage eines effektiven und effizienten Körpertrainings. Praxis und Theorie werden dabei optimal miteinander verknüpft. Dieser Grundlagenkurs ist übrigens nicht nur für angehende Pilates-Lehrer gedacht, sondern auch empfehlenswert für jeden, der Pilates-Training betreibt oder betreiben möchte.

02 Matwork BEGINNER

Voraussetzung:

- Teilnahme am Basic Kurs 01 sowie Beherrschung dessen Übungen
- Erste Unterrichtsbesuche der erforderlichen 30 Trainingseinheiten

In diesem Aufbau-Kurs erlernst Du weitere Pilates-Bewegungen, die als Anfängerübungen gelten und leicht umzusetzen sind. Der theoretische Schwerpunkt ist die Unterrichtsmethodik und -didaktik von PILATES Bodymotion. Verbale und taktile Begleitung sowie der Einsatz differenzierter Media ermöglicht es Dir Übungen wirkungsvoll und effektiv anzuleiten. Erste, kleine Bewegungslehrproben werden durch den Bodymotion-Dozenten mit einem ausführlichen Coaching-Bogen abgeschlossen, so dass Du bereits mit diesem Feedback Deine ersten eigenen Unterrichtseinheiten angehen kannst.

03 Matwork Intermediate

Voraussetzung:

- Teilnahme am Beginner Kurs 02 sowie Beherrschung dessen Übungen
- Gute körperliche Fitness, die es ermöglicht, Übungen im Mittelstufen-Level umzusetzen
- Weitere Unterrichtsbesuche der erforderlichen 30 Trainingseinheiten

Mittelschwere Übungen sind der praktische Teil dieses Seminars, die von Dir bereits eine gute körperliche „Pilates-Fitness“ verlangen. Gleichzeitig steht die Planung, Organisation und Umsetzung von Bodymotion-Unterrichtsstunden im Fokus. Wie können wir als Pilates-Lehrer den Teilnehmern solch ein Aha-Erlebnis beschere, das sich langanhaltend auf ihr körperliches und mentales Wohlbefühl auswirkt? In diesem Kurs wirst Du die Antwort erhalten und mit Deinen eigenen Unterrichtslehrproben bereits erste Erfahrungen sammeln, die sich in den ausführlichen Feedback-Bögen widerspiegeln.

18 Bodymotion ANATOMY

Voraussetzung:

Teilnahme am Basic Kurs 01 sowie Beherrschung dessen Übungen

In diesem Kurs werden die 7 Pilates Bodymotion Prinzipien, die bereits anhand praktischer Übungen im Basic-Kurs vermittelt wurden, eingehend vertieft. Die funktionelle Pilates-Sichtweise wird dadurch besonders deutlich. Auch Physiotherapeuten und Sportwissenschaftler erfahren in diesem Seminar wichtige Zusammenhänge, die für ein ganzheitliches Körperverständnis besonders wertvoll sind. Du wirst in der Lage sein, die physiologischen Zusammenhänge des Muskelsystems, ihrer Funktionsketten sowie der Gelenkbiomechanik noch besser zu verstehen. In Deinem Unterricht kannst Du mit diesem Wissen Übungen präzise und sehr differenziert anleiten.

07 Practice DAY

Voraussetzung:

- Teilnahme an den Matwork Kursen
- Teilnahme an den Anatomie-Kursen

- Weitestgehend alle Unterrichtsbesuche der erforderlichen 30 Trainingseinheiten
 - Weitestgehend alle eigenen Unterrichtseinheiten der erforderlichen 20 Stunden
- Der „Practice Day“ ist für Dich ein Tag zur Prüfungsvorbereitung, um vertiefend das verbale, taktile und visuelle Anleiten zu üben. Ebenfalls wird Deiner eigenen Bewegungsausführung der „letzte Schliff“ verliehen und der Dozent schenkt Dir Tipps, um Deine Körperbeherrschung zu perfektionieren. „Non Stopp“ unterrichtest Du Pilates, Du wirst gecoacht und Du erhältst ein sehr persönliches Feedback über Deine Stärken und Themen, an denen du noch arbeiten darfst.

Hier beraten wir Dich individuell, ob du bereit bist für

den großen Tag oder ob Du Dir gern noch mehr Zeit nehmen darfst. Unser Anliegen ist es, Dich auf den praktischen Teil der Prüfung exzellent vorzubereiten.

05 Final EXAM

Voraussetzung:

- Teilnahme an den Matwork Kursen
- Teilnahme an den Anatomie-Kursen
- Teilnahme am Practice Day
- Alle Unterrichtsbesuche der erforderlichen 30 Trainingseinheiten
- Alle eigenen Unterrichtseinheiten der erforderlichen 20 Stunden
- Abgabe des Study-Books für Matwork

Die Prüfung der Matwork-Serie 1. Degree umfasst einen schriftlichen Teil und einen praktischen Teil. Im schriftlichen Teil wird ein Multiple Choice-Test Dein Können abfragen sowie die Ausarbeitung einer Unterrichtsstunde. Im praktischen Teil unterrichtest Du eine Lehrprobe und gleichzeitig wird Deine eigene Bewegungsqualität bewertet. Der für Dich krönende Abschluss nach einer inhalts- und erfahrungsreichen Zeit ist das Zertifikat für den/die PILATES Bodymotion TrainerIn für Matwork 1. Degree.

Mit diesem Abschluss kannst Du Mitglied im Deutschen Pilates Verband (DPV) werden sowie mit entsprechender Grundqualifikation auch die Anerkennung der Krankenkassen nach § 20 SGB erwerben.

Gültigkeit:

Du sicherst Dir die langfristige Anerkennung des 1. Degree Abschlusses nur, wenn

Du in den folgenden 4 Jahren die 4 Aufbaumodule absolvierst (08 Methodik und Didaktik mit Kleingeräten, 41 Faszien Pilates I, 04 Matwork Advanced und 21 Dos and Dents')

Kursdaten:

- 01 Matwork Basic: 20.-21.4.24
- 02 Matwork BEGINNER: 8.-9.6.24
- 18 Bodymotion ANATOMY: 6.-7.7.24 online
- 03 Matwork INTERMEDIATE: 28- 29.9.24
- 07 Practice DAY: 26.10.24
- 05 Final EXAM: 14.12.24

Kursbeginn:

- Samstag: 10.00 – 18:00 Uhr
- Sonntag: 09.00 – 17.00 Uhr

Kursgebühr:

- 2 Tages Seminar: pro Seminar € 319,00
- 1-Tages Seminar: pro Seminar: € 199,00
- Final Exam: € 319,00

Kursort:

Köln

Referenten:

Pilates Bodymotion Referenten

Adressaten:

PT

Leitung	Pilates Bodymotion Referenten
Kursgebühr	0,00 €

Beginn	20.04.2024
Ende	21.04.2024
Kurszeiten	Sa. 20.04. von 10:00 bis 18:00 Uhr So. 21.04. von 09:00 bis 17:00 Uhr
Kursort	Goltsteinstraße 91, 50968 Köln
Zielgruppe	Physiotherapeuten
Fortbildungspunkte	