

yogablume PilatesMove-
Grundausbildung
100+ Stunden
01.11.2019 - 08.03.2020



yogablume

01 yogablume PilatesMove Grundausbildung

Über die Ausbildung

Du trainierst schon eine längere Zeit nach dem ganzheitlichen Pilatesprinzip und möchtest die gegenwärtige Erfahrung aus den verschiedenen Ebenen des Erlebens vertiefen und vielleicht sogar selbst als Lehrer*in unterrichten? Die PilatesMove Ausbildung ist ein Konzept, das sich aus langjähriger Erfahrung aus Bereichen Pilates, Bodywork, Yoga und ganzheitlichen Trainings zusammensetzt. Wir Menschen bewegen uns im stetigen Wandel, so auch unsere körperlichen Bedürfnisse. Uns ist die Erforschung von Bewegungsabläufen wichtig, so dass du sie nicht nur anwenden, sondern auch begreifen kannst.

Es geht nicht um das Auswendiglernen der Prinzipien und Sequenzen, sondern die Entwicklung eines Gespürs für die Methode und den Körper. Du lernst bei uns absolut praxisnah.

Unser Ziel ist es, dass du selbständig den Schüler auf körperlicher und energetischer Ebene begeistern kannst und wir unterstützen dich auf dem Weg, dein Potential zu leben.

° Nach 10 Stunden fühlen Sie sich besser, nach 20 Stunden sehen Sie besser aus, nach 30 Stunden haben Sie einen neuen Körper. ° Joseph Hubertus Pilates

Stil der Ausbildung

Wir können dir den Stil beschreiben, aber erleben musst du ihn selbst. Du wirst begeistert sein! Authentisch, ganzheitlich, kontrolliert, konzentriert, abwechslungsreich, inspirierend, kräftigend, entspannend, funktionell, effizient, vielfältig, temperamentvoll, aber auch meditativ, intelligent, zeitgenössisch. Ein Stil, der klassisches Pilates in bestimmte Bewegungsabläufe - Moves - bringt, die Kraft und Leichtigkeit, Dynamik und Loslassen, Gelenke, Faszien, Muskeln, Energie und Atmung, Körper und Geist berücksichtigen.

Du setzt dich mit der Bewegungsmechanik, der beteiligten Muskelgruppen sowie dem Nutzen jeder Übung auseinander, kennst die sichere und effiziente Ausführungstechnik, übst diese praktisch und kannst diese Übungen verschiedenen Altersgruppen und Niveaus anpassen.

Aufbau der Ausbildung

Die Ausbildung zum PilatesMove Lehrer umfasst 75 Contact-Stunden (Modul mit dem Ausbilder vor Ort) und 25 Non-Contact-Stunden: eigene Praxis in Pilatesklassen, Hausarbeit, Assistenz- und Hospitations-Einheiten.

Die Ausbildung findet in 5 Modulen statt und beinhaltet eine praktische Abschlussprüfung.

02 Termine

Zeitlicher Ablauf (Contact-Hours/Präsenztage)

Freitag, 01.11.2019 - Sonntag, 08.03.2020

01. Fr., 01.11.- So. 03.11.19 (Freitag = Feiertag Allerheiligen)
Freitag & Sonntag: 9.00-16.00 Uhr, Samstag: 12.00-16.00 Uhr
02. Sa., 30.11.- So., 01.12.19
Samstag: 12.00-16.00 Uhr, Sonntag: 9.00-16.00 Uhr
03. Sa., 22.01.20 - So., 26.01.20
Samstag: 08.30-17.00 Uhr, Sonntag: 9.00-16.00 Uhr
04. Sa., 08.02.20 - So., 09.02.20
Samstag: 12.00-16.00 Uhr, Sonntag: 9.00-16.00 Uhr
05. So., 08.03.20
Sonntag: 9.00-16.00 Uhr

Pausen an den Ausbildungstagen werden innerhalb des Teams abgestimmt. Die genauen Informationen erhaltet Ihr zum Ausbildungsbeginn. Änderungen in Terminen, Zeiten und Ablauf vorbehalten.

03 Inhalte der Ausbildung

Du eignest dir ein Repertoire von Grundübungen, Sequenzen inklusiv einiger Varianten an, lernst den Einsatz von Kleingeräten und setzt dich mit den Pilates-Prinzipien, Unterrichtsplanung und Unterrichtstechnik auseinander.

- Erlernen der klassischen Mattenübungen
- Beckenboden, Atemtechnik
- Kunst des Unterrichtens mit Klarheit und persönlichem Ausdruck
- Anwenden der Prinzipien innerhalb kreativer Abläufe
- Richtiges verbales und taktiles Korrigieren
- Methodik und Didaktik
- praxisnahe Anatomie
- Pilates Philosophie
- Einsatz von Kleingeräten

04 Ausbildungsteam

Alle Dozenten der yogablume Akademie sind Menschen, die Yoga und Pilates leben, nicht nur lehren. Im Vordergrund steht nicht nur ihre Spezialisierung, sondern auch besonders ihr Wesen.

Karla Beck (Dozentin/Trainerin)

Nicole Riedinger-Huber (Akademie- und Ausbildungsleitung)

Stefanie Zimmermann (Anatomie)

Das Team wird durch einen Ausbildungsassistenten, je nach Größe der Ausbildungsgruppe, erweitert. Es ist ihnen eine Herzenssache, jeden einzelnen Teilnehmer individuell auf seinem Weg zu begleiten. **Weitere Informationen über das Team findet man unter www.yogablume.com**

° Körperliche Gesundheit ist die erste Voraussetzung für unser Glück. Körperliche Gesundheit bedeutet für uns, einen frischen Geist in einem starken Körper heranzubilden und zu erhalten. Nur so werden wir imstande sein, den vielen unterschiedlichen Anforderungen des Alltags ganz natürlich, leicht und befriedigend, mit spontaner Begeisterung und Freude gerecht zu werden.° Joseph Hubertus Pilates

05 Voraussetzung für die Teilnahme am Teacher Training

- Das echte Interesse an Pilates, die Offenheit, Neues auszuprobieren und zu lernen, den Mut, Wachstum und Veränderung zuzulassen.
- Eine grundlegende Voraussetzung ist die regelmäßige persönliche Übungspraxis.

06 Ausbildungsanforderungen & Voraussetzung

- 100% Anwesenheit während des gesamten Trainings.
- Teilnahme an der Abschlussprüfung.
- Assistenz 3 Einheiten.
- Regelmäßige Teilnahme an offenen Pilatesklassen in der yogablume (mind. 2 pro Woche).

07 Prüfung, Zertifikat/Diplom

Nach erfolgreichem Abschluss der yogablume PilatesMove Grundausbildung erhält jeder Teilnehmer ein Zertifikat. Ein erfolgreicher Abschluss der Ausbildung ist dann gegeben, wenn Assistenz- und Ausbildungsstunden innerhalb der angegebenen Frist absolviert sind, die praktische Prüfung erfolgreich abgeschlossen und der Ausbildungsbetrag beglichen ist.

Nach erfolgreich abgeschlossener Ausbildung und bestandener Prüfung ist man ausgebildeter yogablume PilatesMove Lehrer 100+ Grundausbildung. Jeder Teilnehmer verfügt dann über ein umfassendes Wissen und hat die Kenntnis, selbstständig Pilates Klassen zu unterrichten. Die yogablume Ausbildung bietet ein solides Fundament, ist aber keine Garantie für eine spätere Lehrtätigkeit in der yogablume.

Nach diesem Modul besteht die Möglichkeit weitere yogablume PilatesMove Aufbau-Module in der yogablume zu buchen. Termine werden bekannt gegeben.

08 Ausbildungskosten und Anmeldung

Ausbildungskosten

Die Ausbildungskosten betragen

bei Anmeldung bis 01.08.2019	1.590 Euro
bei Anmeldung ab 02.08.2019	1.690 Euro

Anmeldung nur bis 15.09.2019 möglich.

Leistungen im Preis enthalten

- Alle Contact-Stunden.
- yogablume PilatesMove Teacher Training Skript.
- Prüfungsgebühr.
- Zertifikat – nach bestandener Prüfung.

Informationen zur Mindestteilnehmerzahl und den Terminen

- Die Ausbildungsgruppe hat eine maximale Teilnehmerzahl.
- yogablume behält sich vor, bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl von 8 Teilnehmern, die Ausbildung zeitlich zu verschieben oder abzusagen.
- Die yogablume behält sich auch vor, einzelne Ausbildungstermine, im Notfall auch kurzfristig (z.B. bei Krankheit des Referenten), zeitlich auf einen anderen Termin zu verlegen. Ansprüche hieraus werden ausgeschlossen.

Anmeldung bitte unter info@yogablume.com

Für weitere Informationen und Fragen stehen wir euch darüber hinaus auch gerne persönlich zur Verfügung.

*Du praktizierst, was Du lernst, und Du lernst, was Du praktizierst.
Lerne Deine eigene Stille kennen. Tauche ein. Lerne. Vertiefe. Mache es erlebbar.
Und wachse über Dich selbst hinaus. Pures sein.*
(Nicole Riedinger-Huber)



yogablume

yogablume

Yoga und Pilates in Ludwigsburg

Obere Markstraße 4 · 71634 Ludwigsburg · Telefon: 07141- 68 50 120 · www.yogablume.com