



## CHAIR TEACHER TRAININGS

*Pilates-Weiterbildung auf dem Chair mit der Academy of Contemporary Movement*

### **Ausbildungsinhalte:**

- Einführung und Einstellung des Pilates Chairs
- Einnehmen der richtigen Ausgangspositionen
- Über 30 Chair-Übungen inklusive Regressionen, Progressionen, Variationen und Modifikationen
- Sicherheitsmassnahmen und Kontraindikationen bei der Arbeit mit dem Chair
- Ausführliches Skript (elektronisch und in Papier), Zugang zu allen Übungsvideos

### **Anforderungen:**

- Pilates Teacher
- Mindestens 5 absolvierte Pilates-Chair-Stunden

*Falls du unsicher bist, ob deine Kenntnisse ausreichend sind, melde dich gerne bei uns unter [info@acmovement.ch](mailto:info@acmovement.ch)*

### **Preise:**

- Komplette Ausbildung: CHF 990.-

*Die Kurse finden mit maximal 6 Teilnehmenden statt.*

*Bei weniger als 6 Teilnehmenden werden alle Teilnehmenden angefragt und es wird der Kleingruppenpreis angewendet.*

### **Private Ausbildung:**

Auf Anfrage kann diese Weiterbildung auch privat organisiert werden. Preis: CHF 2'200 pro 6 Stunden.

### **Prüfung:**

- Keine Abschlussprüfung da Weiterbildung.

### **Anmeldung oder Fragen:**

Per E-Mail an [info@acmovement.ch](mailto:info@acmovement.ch) oder telefonisch unter 044 558 24 54