



Academy of Contemporary Movement - PILATES BARREL & ARC TEACHER TRAINING

DATEN KURS: Samstag, 02.12.2023 (8 Stunden)

SELBSTSTUDIUM: 12 Stunden

ZEITEN: Samstag von 09.00 - 17.00 Uhr

ORT: Citypilates, Hohlstrasse 509, 8048 Zürich

WAS WIR IN DIESER AUSBILDUNG GEMEINSAM ERREICHEN WERDEN

Dieser Workshop nach der Methode von ACM vermittelt dir zeitgenössisches Pilates auf dem Barrel und Pilates Arc. Du erlernst dabei die Pilates Barrel Geräteführung- & Einstellung, Einnehmen der Ausgangspositionen, über 20 Barrel & Arc Übungen inkl. Regressionen, Progressionen, Variationen und Modifikationen. Zudem vermitteln wir dir die nötigen Sicherheitsmassnahmen und Kontraindikationen bei der Arbeit mit dem Barrel und dem Pilates Arc.

ABSCHLUSS

"Pilates Barrel Trainer" von ACM® - Academy of Contemporary Movement

ANFORDERUNGEN: Mindestens 1 absolvierte Pilates-Barrel-Stunde

PREIS: CHF 270 exkl. Prüfung

PRÜFUNG: CHF 100

PRÜFUNGSTERMIN: Nach Vereinbarung

ANMELDUNG: Per Mail an info@citypilates.ch oder telefonisch unter 044 558 24 54