Zertifikat Zertifikat Zertifikat Zertifikat Zertifikat

PILATE Swiss®

Hiermit bestätigen wir die erfolgreich besuchte Weiterbildung zu

Pilates Rückbildung

vom 9./10. September 2017

für

Name **Rosatti Maya**

Inhalt

Grundlagen und Prinzipien des Postnatalen Pilatestrainings
Kenntnis anatomischer und motorischer Zusammenhänge des Pilatestrainings
Methodik und Choreografie einer einfachen Lektion
Übungen zur Körperwahrnehmung, spezifisch zu Pilates Rückbildung
Evaluation des Rückbildungsstandes der Frau
Umsetzen in Unterricht
Entwicklung von Kursinhalten
Aufbau eines 8-10 wöchigen Kurses

Datum 10 Sept 2017

PILATE Swiss®

Karolina Schmid
Educational Director PILATESwiss

044 380 79 59 . www.pilateswiss.ch
Seefeldstrasse 225 . 8008 Zürich