

Hiermit bestätigen wir die erfolgreich besuchte
Weiterbildung zu

Pilates Reformer on the Mat

vom 13 April 2019

für

Name **Maya Rosatti**

Inhalt

Methodik und Choreografie einer Reformer on the Mat Lektion
Technikschulung
Effizienter Einsatz von Reformer Übungen auf der Matte
Reformer on the Mat nach J. H. Pilates „Transition Moves“
Reformer Bewegungsabfolgen
Übungen in Musterlektionen
Körperwahrnehmungs-Übungen
Praktisches Unterrichten mit Feedback
Tipps und Tricks für ein funktionelles
Reformer on the Mat Pilates Training

Datum

13 April 2019 K Schmid

Karolina Schmid
Educational Director PILATESwiss