

# Neu

## Ab 2016

### Ausbildung zum *Bodymotion* Faszien Trainer



## Im wahrsten Sinne des Wortes – ein faszinierendes Konzept!

Das große Interesse an unserem Modul „Faszien Pilates – Die dritte Dimension“ und unsere Leidenschaft für Faszien haben uns dazu bewogen aus einem erfolgreichen Fortbildungsmodul eine Ausbildung zum „*Bodymotion* Faszien Trainer“ zu konzipieren. Die Faszien Fitness Prinzipien nach Dr. Robert Schleip und die *Bodymotion* Prinzipienlehre sind dabei Grundlage dieser Ausbildung.

Faszien Pilates Training ist spielerisch-kreativ, dynamisch-schwungvoll und stärkt den gesamten Körper in seiner kraftvollen Elastizität. Eine neue Bewegungsqualität entsteht, die dem ganzheitlichen Verständnis des Kontinuums „Faszien“ zu verdanken ist!

**Werden Sie jetzt *Bodymotion* Faszien Trainer! Profitieren Sie von unserem Knowhow, unserer Pionierarbeit in Sachen Faszien Pilates und bereichern Sie Ihr Wissen und Ihre Pilates-Stunden!  
So werden Sie Ihre Teilnehmer und sich selbst noch mehr begeistern!**

**PILATES *Bodymotion* Schweiz**

Friedaustasse 17, 8003 Zürich, Tel.: +41 79 864 88 04, [info@pilates-bodymotion.ch](mailto:info@pilates-bodymotion.ch)

Termine und Preise: siehe [www.pilates-bodymotion.ch](http://www.pilates-bodymotion.ch)



Ab 2016

Ausbildung zum *Bodymotion* Faszien Trainer

Fotos: www.leege.net

### 1. Modul: Faszien Pilates Kurs 41

**Voraussetzung:** Anatomie-Kenntnisse, Pilates *Bodymotion* Matwork Basic Kurs 01, Beginner Kurs 02 und Intermediate Kurs 03 oder vergleichbare Pilates Ausbildungsseminare eines DPV anerkannten Institutes.

**Inhalte:** 2 Masterclasses ✦ Anatomie der Faszien ✦ Die fünf Faszien Fitness Prinzipien nach Dr. Robert Schleip ✦ Die myofaszialen Zuglinien nach Tom Myers (Anatomy Trains) ✦ Erlernen von Faszien-Pilates Übungen im Beginner Level ✦ Kreatives Erarbeiten von Faszien Pilates Übungen

### 2. Modul: Faszien Pilates Kurs 42

**Voraussetzung:** Teilnahme am Modul 1 – Faszien Pilates Kurs 41, sowie Beherrschung dessen Übungen. Kenntnisse und Anwendbarkeit der 5 Faszien Prinzipien, Wissen der myofaszialen Zuglinien.

**Inhalte:** 2 Masterclasses ✦ Methodik des Unterrichtes: Präzise verbale Anleitungen durch Erweiterung des Faszien-Pilates Wortschatzes ✦ Progressiver Aufbau von Faszien-Pilates Übungen – vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen ✦ Einsatz verschiedener Kleingeräte zur Stimulation von Faszien Strukturen ✦ Unterrichtsdidaktik: Aufbau einer Faszien Pilates Unterrichtsstunde ✦ Kleine Lehrproben mit ausführlichem Feedback

### 3. Modul: Faszien Pilates Practice Day Kurs 43

**Voraussetzung:** Teilnahme am Modul 1 – Faszien Pilates Kurs 41, Teilnahme an Modul 2 – Faszien Pilates Kurs 42

**Inhalte:** Unterrichten von Faszien Pilates-Lehrproben ✦ Coaching & individuelles Feedback ✦ Vorbereitung auf die Prüfung

### 4. Prüfung: Faszien Pilates Kurs 44

**Voraussetzung:** Teilnahme am Modul 1 – Faszien Pilates Kurs 41, Teilnahme an Modul 2 – Faszien Pilates Kurs 42, Nachweis von mindestens 15 eigenen Unterrichtseinheiten, Nachweis von mindestens 15 eigenen Trainingsstunden bei einem Faszien Pilates-Trainer oder Faszien Fitness Trainer.

**1 Tag:** Schriftlicher Multiple Choice Test ✦ Praktische Lehrprobe: Anleiten von Faszien Pilates-Übungen ✦ Bewertung der eigenen Bewegungsqualität

