

# AUS- & WEITERBILDUNGEN PILATES BERN

## PRE- & POSTNATAL TRAINER

Seminar	Termin	Trainer:in	Ort	Early Bird Preis°	Regulärer Preis
Pre- & Postnatal Trainer Practice & Coaching Day	15.06.2025	Bea Eggimann & Sylvia Kallenbach	Bern / ONLINE		CHF 280.00
Pre- & Postnatal Trainer Prüfung & Zertifizierung	06.09.2025	Bea Eggimann & Sylvia Kallenbach	Bern / ONLINE		CHF 310.00
Beckenboden & Core – funktional und faszial vernetzt (Tagesseminar)	18.10.2025	Bea Eggimann	Dortmund		<a href="#">Infos &amp; Anmeldung beim Anbieter</a>
Rektusdiastase – Myofaszial vernetzen	19.10.2025	Bea Eggimann	Dortmund		<a href="#">Infos &amp; Anmeldung beim Anbieter</a>
Beckenboden & Core – funktional und faszial vernetzt (Tagesseminar)	24.10.2025	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 250.00	CHF 280.00
Prenatal (2-Tagesseminar)	25./26.10.2025	Sylvia Kallenbach	Bern / ONLINE	CHF 500.00	CHF 560.00
Postnatal (2-Tagesseminar)	21./22.11.2025	Bea Eggimann & Sylvia Kallenbach	Bern / ONLINE	CHF 500.00	CHF 560.00
Konzept «Deine Rückbildung» (Tagesseminar)	23.11.2025	Bea Eggimann & Barbara Zahn	Bern / ONLINE	CHF 350.00	CHF 370.00
Pre-/Postnatal FAMO Fascia Movement	05./06.12.2025	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 500.00	CHF 560.00
Rektusdiastase – Myofaszial vernetzen	07.12.2025	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 250.00	CHF 280.00
Du kannst die Seminare Pre- & Postnatal Trainer auch wie folgt buchen.					
> Beckenboden & Core – funktional & faszial vernetzt & Prenatal				CHF 680.00	CHF 760.00
> Postnatal & Konzept «Deine Rückbildung»				CHF 770.00	CHF 840.00
> Pre-/Postnatal FAMO & Rektusdiastase				CHF 680.00	CHF 760.00
> Alle Pflichtseminare Pre- & Postnatal Trainer (mit Practice Day & Prüfung)					CHF 1990.00
> Gesamte Ausbildung Pre- & Postnatal Trainer (Pflicht- & Zusatzseminare, Practice Day & Prüfung)					CHF 2530.00
Seminarzeiten in Bern & ONLINE LIVE jeweils					
> Freitag 13.30-20.00 Uhr					
> Samstag/Sonntag 9.00-17.00 Uhr					
<b>Im Preis inbegriffen sind jeweils ein detailliertes Skript, Zugang zu Videos und REPLAY während der gesamten Ausbildung.</b>					
Ausbildungsseminare (ausser Practice Day & Prüfung) können auch – als zeitlich flexible Option – ON DEMAND gebucht werden.					

## PRE- & POSTNATAL TRAINER - BLENDED LEARNING

**Wissenschaftlich fundiert. Persönlich begleitet. Flexibel in deinem Rhythmus.**

Unser neuer Lehrgang verbindet **Selbststudium** über unsere **ON DEMAND-Videothek**, **Online-Coachings** und **Live-Praxis-Sessions** zu einem modernen Lernformat. In den **Präsenzmodulen** (im Studio oder ONLINE LIVE) vertiefst du dein Wissen und profitierst vom Austausch mit Dozent:innen und anderen Teilnehmenden.

Das Konzept ist flexibel, praxisnah und nachhaltig – mit Raum für persönliches Erleben und individuelles Wachstum. Wir begleiten dich mit **fachlicher Klarheit**, **wertschätzendem Feedback** und **spürbarem Engagement** – für deinen Weg als Pre- & Postnatal Trainer:in.

**Pilates basiert – Faszien fokussiert – getragen von Erfahrung.**

Start of the Pre- & Postnatal Trainer Blended Learning Course (in English) is in November 2025 – [Information & Registration](#)

Start des Pre- & Postnatal Trainer Blended Learning-Lehrgangs (in Deutsch) ist im Januar 2026 geplant

## PELVIC & CORE HEALTH

Seminar	Termin	Trainer:in	Ort	Early Bird Preis*	Regulärer Preis
Pre- & Postnatal Reformer	28.11.2025	Bea Eggimann	Bern	CHF 250.00	CHF 280.00
Fascia Pilates & FAMO for Perimeno- & Menopause (in English)	10.01.2026	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 250.00	CHF 280.00
Faszien Pilates & FAMO für Perimeno- & Menopause (in Deutsch)	11.01.2026	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 250.00	CHF 280.00

## ANATOMY IN THREE DIMENSIONS™

Seminar	Termin	Trainer:in	Ort	Early Bird Preis*	Regulärer Preis
Anatomy In Three Dimensions™ (3-Tagesseminar)	16.01.-18.01.2026	Bea Eggimann	Dortmund		<a href="#">Infos &amp; Anmeldung beim Anbieter</a>
Anatomy In Three Dimensions™ (3-Tagesseminar)	29.05.-31.05.2026	Bea Eggimann	Dortmund		<a href="#">Infos &amp; Anmeldung beim Anbieter</a>

## MEDICAL-STRETCHING®

Seminar	Termin	Trainer:in	Ort	Early Bird Preis*	Regulärer Preis
MEDICAL-STRETCHING® BODYWORKER	Termine 2026 folgen	Kerstin Bredehorn & Jenni Bergunde	Bern	CHF 1980.00	CHF 2100.00

## RETREATS

Retreat	Termin	Trainer:in	Ort	Preis
Essence of Movement – Pilates, Yoga und Faszien	26.09.-05.10.2025	Bea Eggimann	ROBINSON APULIA Italien	<a href="#">Infos &amp; Anmeldung beim Anbieter</a>
Pilates, Yoga & Faszien Weekend Hotel Ermitage – <b>ausgebucht</b>	07.-09.11.2025	Bea Eggimann & Sabine Winfield-Adler	Schönried	Ab CHF 825.00
Pilates, Yoga & Slings Retreat in Marokko	31.01.-07.02.2026	Bea Eggimann & Sabine Winfield-Adler	Marokko	<a href="#">Infos &amp; Anmeldung beim Anbieter</a>
Exklusives Reformer & Chair Retreat im Piemont	09.-16.05.2026	Bea Eggimann & Team	Piemont	Weitere Infos folgen
Pilates & Faszien Retreat auf Sizilien	26.09.-03.10.2026	Bea Eggimann	Sizilien	Ab CHF 320.00 plus EUR 1339.00

## EVENTS

Event	Termin	Trainer:in	Ort	Preis
MUV-Festival	13.-15.06.2025	Bea Eggimann & Team	Bern	<a href="#">Infos</a>

## WORKSHOPS ON DEMAND

Finde in unserer [On-Demand-Videothek](#) den passenden Workshop für dich rund im Pilates, Faszien Pilates & FAMO, Faszien Pilates in der Perimeno-/Menopause und vieles mehr.

\* Der Early Bird Preis gilt nur bei Anmeldung & Bezahlung bis 8 Wochen vor Seminarbeginn.

Stand 2. Juni 2025