AUS- & WEITERBILDUNGEN PILATES BERN

PRE- & POSTNATAL TRAINER (DEUTSCH)

Seminar	Termin	Trainer:in	Ort	Preis	Infos & Anmeldung
Pre- & Postnatal Trainer Final Exam	28.11.2026	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 310.–	Zum Seminar
2027					
Pre- & Postnatal Trainer Update	21.1.2027	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 150.–	Zum Seminar
The Myofascial Core in Connection	12.3.2027	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 280.–	Zum Seminar
Prenatal	13.–14.3.2027	Sylvia Kallenbach	Bern / ONLINE	CHF 560.–	Zum Seminar
Postnatal	30.4.–1.5.2027	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 560.–	Zum Seminar
Rektusdiastase – myofaszial vernetzen	20.5.2027	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 150.–	Zum Seminar
Pre- & Postnatal FAMO Fascia Movement	3.–4.9.2027	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 560.–	Zum Seminar
Konzept «Deine Rückbildung»	5.9.2027	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 370.–	Zum Seminar
Practice & Coaching Day	17.10.2027	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 280.–	Zum Seminar
The Myofascial Core in Connection	19.11.2027	Bea Eggimann	Dortmund		Termine & Infos
Final Exam	10.12.2027	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 310.–	Zum Seminar

PRE- & POSTNATAL TRAINER AUSBILDUNG

Gesamtpreis: CHF 2630.–

Vom Verstehen über das Erleben bis zum sicheren Unterrichten.

Die umfassende, **Faszien fokussierte und Pilates basierte Ausbildung** verbindet aktuelles Wissen rund um Schwangerschaft, Postpartum und Pelvic & Core Health mit FAMO Fascia Movement sowie praxiserprobten Konzepten für Schwangerschaft und Rückbildung.

Die Gesamtausbildung umfasst:
The Myofascial Core in Connection · Prenatal · Postnatal · Pre- & Postnatal FAMO Fascia Movement · Konzept «Deine Rückbildung» · Practice & Coaching Day · Final Exam

Alle Module können auch einzeln und zeitlich flexibel gebucht werden.

Seminarzeiten in Bern & ONLINE LIVE
Freitag 14.00–20.00 Uhr
Samstag / Sonntag 9.00–17.00 Uhr

Die Ausbildungsseminare können im Studio in Bern, ONLINE LIVE oder ON DEMAND absolviert werden. **Practice & Coaching Day und Final Exam finden ausschliesslich live statt**, im Studio oder via Zoom.

Im Preis der jeweiligen Module sind detaillierte Ausbildungsunterlagen, begleitende Videos und digitale Lerninhalte enthalten.

PRE- & POSTNATAL TRAINER (ENGLISH EDITION) – BLENDED LEARNING

Learn flexibly, support professionally – at your own pace

Our Blended Learning Program combines live seminars (in-studio or ONLINE LIVE), self-paced ON DEMAND learning and guided coaching in one flexible, cohesive format.

In the live modules, you deepen your understanding, apply what you've learned and benefit from real-time feedback and exchange. Throughout the program, we support your development as a Pre- & Postnatal Trainer with science-based, practice-oriented guidance rooted in real experience.

Seminar	Date
The Myofascial Core in Connection	New date to follow
Prenatal	New date to follow
Postnatal	New date to follow
Pre- & Postnatal FAMO Fascia Movement	New date to follow
Pre- & Postnatal Trainer Practice & Coaching Day	27.11.2026
Pre- & Postnatal Trainer Certification Exam	11.12.2026 or by appointment

Detailed information and registration are available directly on Teachable: Pre- & Postnatal Trainer – English Edition

REFORMER WEITERBILDUNGEN

Seminar	Termin	Trainer:in	Ort	Preis	Infos & Anmeldung
FAMO Fascia Movement am Reformer	15.1.2027	Bea Eggimann	Bern	CHF 330.–	Zum Seminar
FAMO Fascia Movement am Reformer	6.2.2027	Bea Eggimann	Dortmund		Termine & Infos
Aktive Schwangerschaft auf dem Reformer	7.2.2027	Bea Eggimann	Dortmund		Termine & Infos
Aktive Schwangerschaft auf dem Reformer	26.3.2027	Bea Eggimann	Bern	CHF 330.–	Zum Seminar

SPINEFITTER®

Seminar	Termin	Trainer:in	Ort	Preis	Infos & Anmeldung
SPINEFITTER® Professional Instructor Course (Deutsch))	5.3.2027	Bea Eggimann	Bern	CHF 180.–	Zum Seminar

PERIMENOPAUSE & MENOPAUSE

Seminar	Termin	Trainer:in	Ort	Preis	Infos & Anmeldung
Moving through Change – Perimenopause & Menopause (2-Tagesseminar)	20.–21.11.2027	Bea Eggimann	Dortmund		Termine & Infos
Moving through Change – Perimenopause & Menopause (2-Tagesseminar)	26.–27.11.2027	Bea Eggimann	Bern	CHF 560.–	Zum Seminar

ANATOMY IN THREE DIMENSIONS™

Seminar	Termin	Trainer:in	Ort	Preis	Infos & Anmeldung
Anatomy in Three Dimensions™ (2-Tagesseminar)	5.–6.6.2027	Bea Eggimann	Dortmund		Termine & Infos
Anatomy in Three Dimensions™ (2-Tagesseminar)	29.–30.10.2027	Bea Eggimann	Bern	CHF 690.–	Zum Seminar

MEDICAL-STRETCHING®

Seminar	Termin	Trainer:in	Ort	Preis	Infos & Anmeldung
MEDICAL-STRETCHING® Entwicklungs- und Vertiefungsseminar (2-Tagesseminar)	20.–21.8.2027	Kerstin Bredehorn & Jenni Bergunde	Bern	CHF 560.–	Zum Seminar

RETREATS				
Retreat	**Termin**	**Trainer:in**	**Ort**	**Infos & Anmeldung**
Pilates, Yoga & Faszien Retreat Hotel Ermitage – ausgebucht	6.–8.11.2026	Bea Eggimann & Sabine Winfield-Adler	Schönried	Zum Retreat
2027				
Pilates, Yoga & Faszien Retreat Hotel Beatus	19.–21.3.2027	Bea Eggimann & Sabine Winfield-Adler	Merligen	Zum Retreat
Pilates, Yoga & Faszien Retreat Hotel Ermitage	2.–4.4.2027	Bea Eggimann & Sabine Winfield-Adler	Schönried	Zum Retreat
Pilates, FAMO Fascia Movement & Yoga Retreat Villa Monastero	14.–17.5.2027	Bea Eggimann & Sabine Winfield-Adler	Piemont (ITA)	Zum Retreat
Pilates, Yoga & Faszien Retreat Hotel Beatus	17.–19.9.2027	Bea Eggimann & Myriam Joss	Merligen	Zum Retreat
Pilates, Yoga & Faszien Retreat Hotel Ermitage	5.–7.11.2027	Bea Eggimann & Sabine Winfield-Adler	Schönried	Zum Retreat
2028				
Pilates, Yoga & FAMO Fascia Movement Retreat Bab Zouina & Marrakesch	1.–8. April 2028	Bea Eggimann & Sabine Winfield-Adler	Marokko	Zum Retreat

Entdecke in unserer ON DEMAND-Videothek passende Workshops zu Pilates, Faszien Pilates, FAMO Fascia Movement sowie zur Perimenopause & Menopause – und vieles mehr.

Stand 30. Oktober 2026