



PILATES TEACHING SKILLS und PILATES MEETS FELDENKRAIS

SA/SO 21. | 22. MAI 2022

KURSORT: Pilates Studio Appenzell

Teaching Skills ist der Kurs für alle Pilates Lehrer, die ihren Unterricht weiterentwickeln möchten und Lust auf neue Blickwinkel haben. Der Kurs möchte praktisch erfahrbar machen, wie durch Einbeziehung von somatischen Ansätzen das Motor Learning und damit die Neuroplastizität des Gehirns angeregt werden können. Themen sind Kommunikation, effektive Anleitung, Übungserweiterungen und wie Aspekte der Feldenkrais Methode sinnvoll in den Pilates Unterricht integriert werden können. Ziel ist, anschliessend den eigenen Unterricht vielschichtiger gestalten zu können und neue Entwicklungen im Pilates einzubeziehen. Während dieses 2-tägigen Kurses wird es möglich sein, auf individuelle Fragen einzugehen.

Kursleitung:

Birgit Scheefe

Polestar Pilates Educator
Feldenkrais Practitioner
Dipl. Tanzpädagogin

Anmeldungen nehme ich ab sofort gerne an untenstehende Mail Adresse entgegen.

Chatrigna Scherrer

079 456 04 44

chatrigna@pilatesappenzell.ch