



## ARC TEACHER TRAININGS

*Pilates-Weiterbildung mit dem Pilates Arc mit der Academy of Contemporary Movement*

### Kursdaten (Deutsch):

- 02.11.2024 oder 22.11.2024

### Zeiten:

- Freitags: 10.00 - 17.00 Uhr / Samstags: 10.00 - 17.00 Uhr

### Ausbildungsinhalte:

- Einführung in die Grundprinzipien, Bewegungsanalyse und das Sequencing System der ACM Methode
- Integration dieser Methoden im Training mit dem Pilates Arc
- Professioneller Einsatz des Pilates Arc für Personal Trainings und Gruppen
- Erlernen und Anleiten von 45 Pilates Arc Übungen
- Ausführliches Skript, Zugang zu allen Übungsvideos

### Anforderungen:

- Mindestens 5 absolvierte Pilates-Matten-Stunden, vorzugsweise mit dem Arc als Prop

*Falls du unsicher bist, ob deine Kenntnisse ausreichend sind, melde dich gerne bei uns unter [info@acmovement.ch](mailto:info@acmovement.ch)*

### Preise:

- Workshop Preis: CHF 280

### Prüfung:

- Keine Abschlussprüfung da Weiterbildung.

### Anmeldung oder Fragen:

Per E-Mail an [info@acmovement.ch](mailto:info@acmovement.ch) oder telefonisch unter 044 558 24 54