



CHAIR TEACHER TRAINING

DATEN WINTER KURS 2024

21.09.2024 | Pilates Chair Beginner & Intermediate

22.09.2024 | Pilates Chair Intermediate & Advanced

ZEITEN: Samstags: 10.00 Uhr - 17.00 Uhr / Sonntags 11.00 Uhr - 17.00 Uhr

WAS WIR IN DIESER AUSBILDUNG GEMEINSAM ERREICHEN WERDEN:

Der 2-tägige Workshop nach der Methode von ACM vermittelt dir zeitgenössisches Pilates auf dem Chair. Du lernst dabei die Pilates Chair Geräteeinführung- & Einstellung, Einnehmen der Ausgangspositionen, über 30 Chair Übungen inkl. Regressionen, Progressionen, Variationen und Modifikationen. Zudem vermitteln wir dir die nötigen Sicherheitsmassnahmen und Kontraindikationen bei der Arbeit mit dem Chair.

ABSCHLUSS: "Pilates Chair Teacher" von ACM® - Academy of Contemporary Movement

ANFORDERUNGEN:

Mindestens 5 absolvierte Pilates-Chair-Stunden

PREISE:

CHF 690 (12 Stunden)

Auf Anfrage auch individuell oder in Kleingruppen möglich:

Privat: 1 Teilnehmer | CHF 2'100 | 8 Stunden

Duett: 2 Teilnehmer | CHF 1'800 | 8 Stunden

3-5 Teilnehmer | CHF 890 | 10 Stunden

ANMELDUNG: Per Mail an info@acmovement.ch oder telefonisch unter 044 558 24 54