

## Lizenzstufe A

Basisausbildung  
zzgl. 6 Aufbau-Seminare

unbegrenzt

## Lizenzstufe B

Basisausbildung  
zzgl. 3 Aufbau-Seminare

unbegrenzt

## Lizenzstufe C

mind. 8 Fortbildungstage  
2 Jahre Laufzeit

### Wahlmöglichkeit an **Aufbau-Seminaren**

- Kleingeräte I - Rolle & Pezziball
- Kleingeräte II - Flexband & Redondoball
- Kleingeräte III - Circle & Toningball
- Kleingeräte IV - Arc und Sling Trainer
  - Intermediate
- Advanced (Intermediate ist Voraussetzung!)
- Pilates - aktives Faszientraining
- Pilates in der Schwangerschaft
- Pilates in Therapie & Rehasport
- Personal Pilates - 1:1 Betreuung
- Großgeräte - Allegro & Reformer

### **Pilates Trainer - Basisausbildung**