

Lizenzstufe A

Basisausbildung
zzgl. 5 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 - Pezziball, Flexband & Redondo
- Kleingeräte II - Rolle, Circle & Toningball
- Kleingeräte III - Arc, Sling Trainer
- Intermediate - Methodik & Didaktik
- Advanced (Intermediate ist Voraussetzung!)
- Pilates - aktives Faszientraining
- Pilates in der Schwangerschaft
 - Pilates für Senioren
- Pilates in Therapie & Rehasport
- Personal Pilates - 1:1 Betreuung
- Großgeräte - Allegro & Reformer

Pilates Trainer - Basisausbildung