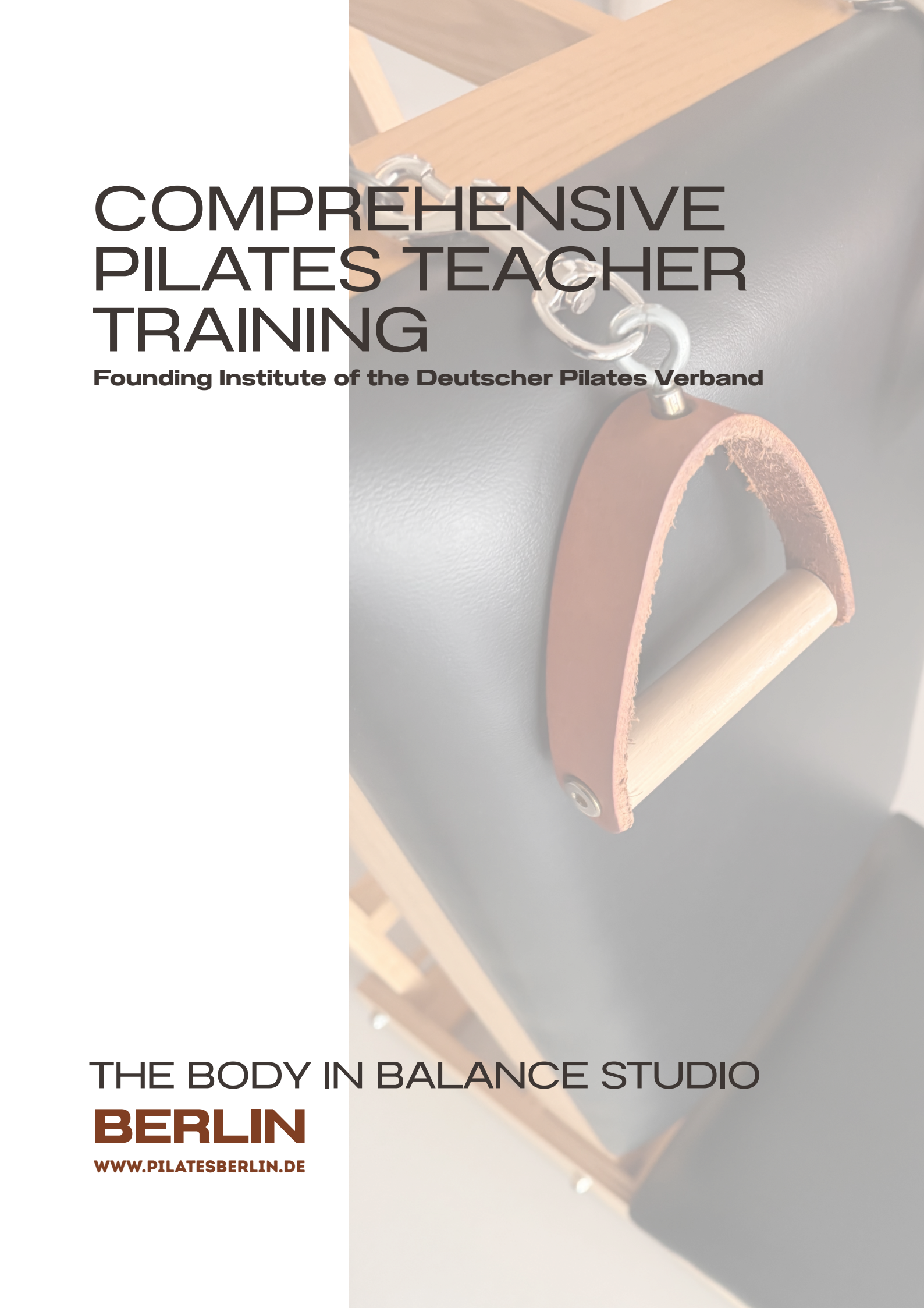




COMPREHENSIVE PILATES TEACHER TRAINING

Founding Institute of the Deutscher Pilates Verband

THE BODY IN BALANCE STUDIO
BERLIN

WWW.PILATESBERLIN.DE

Our Comprehensive Teacher Training covers beginner to advanced repertoire on the reformer, cadillac (or tower), wunda chair, ladder barrel, spine corrector, pedi-pul, and mat. Courses are structured to facilitate an understanding of the relationships between the different apparatus, and between the exercises on the equipment and on the mat. "Contrology" is the exceptional and multi-faceted result of a dedicated life's work. It would be a tragedy to break it into pieces and lose sight of the threads that run throughout the whole system!

Students will acquire the essential tools to work with the body in front of them, curating personalised programmes which meet the specific needs of each client. You will be prepared to teach clients and group classes of all levels competently. Transforming movement patterns and encouraging a positive relationship with the moving body has the potential to change a client's life for the better

At our host location The Body in Balance Studio in Berlin a wide range of classical and contemporary pilates equipment is available for our students use. Premium equipment by Merrithew, Legacy, Arregon, and pilates Scandinavia includes 8 Towers, 10 Reformers, 9 Wunda Chairs, Cadillac, Ladder Barrel, Pedi-Pul, Baby Chair & more. We offer students an ideal environment for learning, personal practice and discovery. Over the two decades that we have been offering comprehensive Pilates Teacher Training in Berlin, we have earned an unparalleled reputation for teaching expertise.



WHY CHOOSE US?

01

EXPERIENCED INSTRUCTOR

Joanna Mountifield discovered the Pilates Method in the 1980s, going on to certify and establish her own studio in Berlin at the end of the 1990s. Having travelled extensively as a Principal Educator for Polestar Pilates in Germany, Switzerland and the UK, Joanna went on to study with international organisations including Physicalmind Institute, BASI Pilates, & Fletcher Pilates before establishing her own training programme in the early 2000s

02

SMALL GROUPS

Small groups ensure a relaxed teaching environment. Our goal is to encourage potential teachers to discover their own, individual teaching voice

03

FACE TO FACE HOURS

The high number of face-to-face seminar hours allows time for content to be fully absorbed and processed by students at a healthy and sustainable pace

04

BILINGUAL COURSE

The course is taught bilingually in english and german, with course materials available in either language





STRUCTURE

The course is suitable for those already working in the fields of therapy, fitness, dance or movement, as well as for career changers with a passion for Pilates and the ability to competently perform the Pilates repertoire on the mat (intermediate level). Previous teaching experience is not required

The course comprises a total of 450 hours:

130 seminar hours; 30 hours of home-based work and projects; 60 observation hours; 80 participation hours; 60 hours of self-study; 50 practice hours on pilates studio equipment; 40 teaching hours must be completed before taking the final exam. (Please note that not all of these hours must be completed in Berlin). All of the above hours must be completed in order to register for the final exam. Certification is dependent on successful completion of the written and practical final exams

We curate a warm, mentor-driven environment and offer an unprecedented opportunity to become immersed in the Pilates method and hone your teaching skills. This is not a crash course, but an in-depth exploration of the method and its many facets. The comprehensive course provides an optimal foundation and prepares graduates for many career paths within the Pilates industry, from group classes to personal training, and/or running their own Pilates studios. The certification is recognized by the Deutscher Pilates Verband and completion qualifies graduates to apply and sit for the internationally recognised Nationally Certified Pilates Teacher (NCPT) examination, originated by the Pilates Method Alliance

UMFASSENDE PILATES-LEHRERHAUSBILDUNG

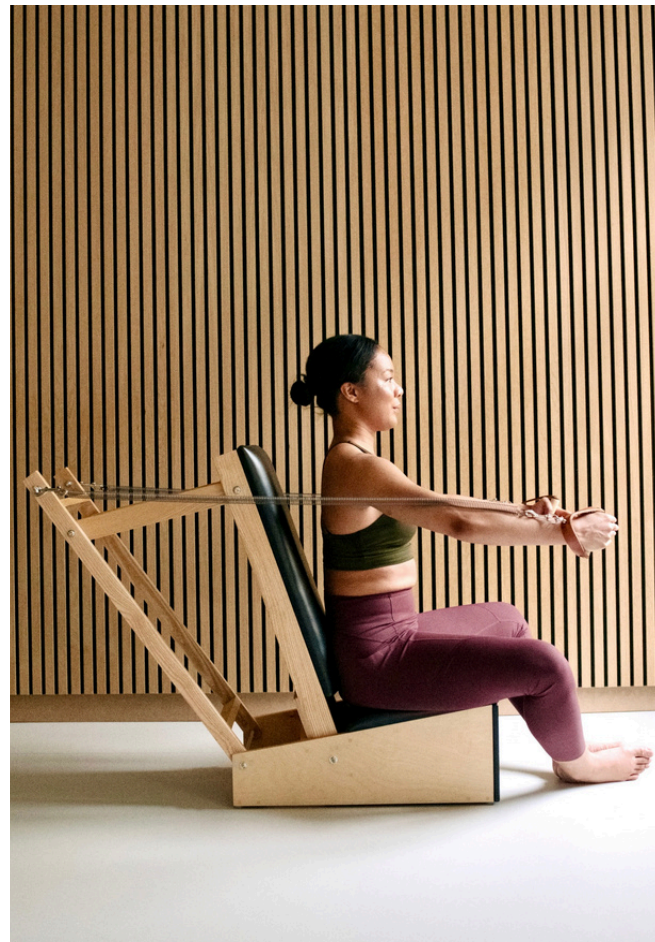


DIE ZUSAMMENHÄNGE ERKUNDEN

Unsere umfassende Lehrerausbildung deckt das Repertoire vom Anfänger- bis zum Fortgeschrittenenniveau auf dem Reformer, dem Cadillac (oder Tower), dem Wunda Chair, dem Ladder Barrel, dem Spine Corrector, dem Pedi-Pul und der Matte ab. Die Kurse sind so aufgebaut, dass sie ein Verständnis für die Zusammenhänge zwischen den verschiedenen Geräten sowie zwischen den Übungen an den Geräten und auf der Matte vermitteln. „Contrology“ ist das außergewöhnliche und facettenreiche Ergebnis eines engagierten Lebenswerks. Es wäre eine Tragödie, es in Einzelteile zu zerlegen und dabei die roten Fäden aus den Augen zu verlieren, die sich durch das gesamte System ziehen!

POSITIVE VERÄNDERUNGEN BEWIRKEN

Die Teilnehmer erwerben die wesentlichen Werkzeuge, um mit dem Körper vor sich zu arbeiten und individuelle Programme zusammenzustellen, die den spezifischen Bedürfnissen jedes einzelnen Kunden gerecht werden. Sie werden darauf vorbereitet, Kunden und Gruppenkurse aller Niveaustufen kompetent zu unterrichten. Die Veränderung von Bewegungsmustern und die Förderung einer positiven Beziehung zum sich bewegenden Körper haben das Potenzial, das Leben eines Kunden zum Besseren zu verändern



„EIN PAAR GUT AUSGEFÜHRTE ÜBUNGEN SIND MEHR WERT ALS STUNDENLANGES PLANLOSES TRAINING“

JOSEPH PILATES

Das „Body in Balance Studio“ in Berlin ist der Veranstaltungsort für unser unabhängiges Pilates Lehrerausbildungsprogramm unter der Leitung von Master-Trainerin Joanna Mountifield. Unseren Teilnehmern steht eine große Auswahl an klassischen und modernen Pilates-Geräten zur Verfügung. Zu den hochwertigen Geräten von Merrithew, Legacy, Arregon und Pilates Scandinavia gehören 8 Towers, 10 Reformer, 9 Wunda Chairs, ein Cadillac, ein Ladder Barrel, ein Pedi-Pul, ein Baby Chair und vieles mehr. Wir bieten den Teilnehmern ein ideales Umfeld zum Lernen, für das persönliche Training und für neue Entdeckungen. In den zwei Jahrzehnten, in denen wir bereits umfassende Pilates-Lehrerausbildungen in Berlin anbieten, haben wir uns einen unvergleichlichen Ruf für unsere pädagogische Kompetenz erworben. Im Jahr 2006 gehörte das „Body in Balance Studio“ zu den Gründungsmitgliedern des Deutschen Pilates-Verbandes.



WARUM DIE AUSBILDUNG BEI UNS?

01

ERFAHRENER AUSBILDERIN

Joanna Mountifield entdeckte die Pilates-Methode in den 1980er Jahren, erwarb anschließend die entsprechende Zertifizierung und gründete Ende der 1990er Jahre ihr eigenes Studio in Berlin. Nachdem Joanna als leitende Ausbilderin für Polestar Pilates ausgiebig durch Deutschland, die Schweiz und Großbritannien gereist war, bildete sie sich bei internationalen Organisationen wie dem Physicalmind Institute, BASI Pilates und Fletcher Pilates weiter und entwickelte Anfang der 2000er Jahre ihr eigenes Ausbildungsprogramm

02

KLEINE GRUPPEN

Kleine Gruppen sorgen für eine entspannte Unterrichtsatmosphäre. Unser Ziel ist es, zukünftige Lehrer dazu zu ermutigen, ihren eigenen, individuellen Unterrichtsstil zu finden

03

PRÄSENZSTUNDEN

Die hohe Anzahl an Präsenzstunden im Seminar gibt den Teilnehmenden Zeit, die Inhalte in einem angemessenen und nachhaltigen Tempo vollständig aufzunehmen und zu verarbeiten

04

ZWEISPRACHIGER KURS

Der Kurs wird zweisprachig auf Englisch und Deutsch unterrichtet, wobei die Kursunterlagen in beiden Sprachen zur Verfügung stehen





FROM THE EDITOR

KURSAUFBAU

Der Kurs eignet sich sowohl für Personen, die bereits in den Bereichen Therapie, Fitness, Tanz oder Bewegung tätig sind, als auch für Quereinsteiger mit einer Leidenschaft für Pilates und der Fähigkeit, das Pilates-Repertoire auf der Matte kompetent auszuführen (Mittelstufe). Vorherige Unterrichtserfahrung ist nicht erforderlich

Der Kurs umfasst insgesamt 450 Stunden:

130 Seminarstunden; 30 Stunden Hausarbeit und Projekte; 60 Beobachtungsstunden; 80 Teilnahmestunden; 60 Stunden Selbststudium; 50 Übungsstunden an Pilates-Studiogeräten; 40 Unterrichtsstunden müssen vor der Abschlussprüfung absolviert werden. (Bitte beachten Sie, dass nicht alle diese Stunden in Berlin absolviert werden müssen). Alle oben genannten Stunden müssen absolviert sein, um sich für die Abschlussprüfung anmelden zu können. Die Zertifizierung hängt vom erfolgreichen Bestehen der schriftlichen und praktischen Abschlussprüfungen ab

Wir schaffen ein herzliches, mentorengeleitetes Umfeld und bieten eine einmalige Gelegenheit, tief in die Pilates-Methode einzutauchen und Ihre Lehrfähigkeiten zu verfeinern. Dies ist kein Crashkurs, sondern eine tiefgehende Auseinandersetzung mit der Methode und ihren vielen Facetten. Der umfassende Kurs bietet eine optimale Grundlage und bereitet die Absolventen auf vielfältige Karrierewege in der Pilates-Branche vor, von Gruppenkursen über Personal Training bis hin zur Leitung eigener Pilates-Studios. Die Zertifizierung wird vom Deutschen Pilates-Verband anerkannt, und der Abschluss berechtigt die Absolventen dazu, sich für die international anerkannte Prüfung zum „Nationally Certified Pilates Teacher“ (NCPT) anzumelden und diese abzulegen, die von der Pilates Method Alliance ins Leben gerufen wurde