

TESTAT

Dos & Don'ts – Pilates Medical Aspects

ausgestellt für den vollständigen Kursbesuch an

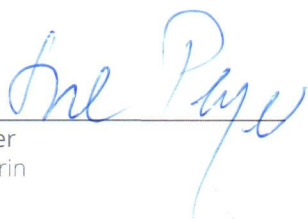
Petra Reiter

Kursort	art of motion Academy, Sickingerstrasse 6, 3014 Bern
Datum	24. und 25. Oktober 2020
Kurstunden	14 Stunden Anwesenheitsunterricht
Ausstellungsdatum	25. Oktober 2020

Kursinhalt & Lernziele

- Teilnahme an zwei themenorientierten Kurzlektionen.
- Vertiefung der Kenntnisse des aktiven und passiven Bewegungsapparats mit Bezug auf die thematisierten Krankheitsbilder.
- Kennenlernen krankhafter Veränderungen im Körper und mögliche Ursachen und Folgen.
- Diskussion folgender Krankheitsbilder:
 - Arthrose.
 - Künstliches Hüft-, Schulter- und Kniegelenk.
 - Schulter Impingement-Syndrom.
 - Osteoporose.
 - Diskushernie.
 - Wirbelgleiten.
- Diskussion von Indikationen und Kontraindikationen für, bzw. gegen die Auswahl und Anwendung von Pilates-Übungen in Bezug auf die besprochenen Krankheitsbilder.
- Anpassung der Unterrichtstechnik entsprechend individueller oder genereller Beschwerden.

Fallbeispiele, bei denen das erworbene Wissen in die Praxis umgesetzt wird.



Sue Peyer
Ausbilderin



Karin Gurtner
Entwicklerin & Hauptausbilderin
Zeitgenössisches Pilates &
Slings Myofasziales Training®

