



OPLEIDING DOCENT REFORMER PILATES

Basis opleiding

Basisopleiding Pilates Reformer Docent

Wil jij leren hoe je zelf Pilates Reformer lessen geeft?

Deze basisopleiding is speciaal ontwikkeld voor iedereen die graag Pilates Reformer docent wil worden. Tijdens de opleiding leer je stap voor stap hoe je op een professionele, duidelijke en zelfverzekerde manier lesgeeft op de Reformer. Dit is een praktische docentopleiding. De focus ligt niet op het uit het hoofd leren van alle spieren en ingewikkelde anatomische termen, maar op wat je écht nodig hebt om goede, veilige en leuke lessen te kunnen geven.

Wat leer je tijdens de opleiding?

Tijdens de basisopleiding leer je onder andere:

- De basisprincipes van Pilates Reformer
- Hoe je een Reformer-les opbouwt
- Hoe je oefeningen duidelijk uitlegt en voordoet
- Hoe je deelnemers op een veilige manier begeleidt
- Hoe je de juiste houding en techniek observeert en corrigeert
- Hoe je oefeningen kunt aanpassen aan verschillende niveaus
- Hoe je gebruikmaakt van de verschillende standen en instellingen van de Reformer
- Hoe je een fijne flow en structuur in je lessen creëert
- Hoe je zelfverzekerd voor een groep staat
- Hoe je deelnemers motiveert en begeleidt tijdens de les

Leren door te doen

Tijdens deze opleiding staat praktijkervaring centraal. Je leert niet alleen oefeningen, maar vooral hoe je deze oefeningen overbrengt op anderen.

Je oefent met het geven van instructies, het begeleiden van deelnemers en het opbouwen van een complete les. Zo ontwikkel je stap voor stap de vaardigheden die je nodig hebt om zelf Pilates Reformer lessen te geven.

Voor wie is deze opleiding?

Deze basisopleiding is geschikt voor iedereen die graag Pilates Reformer docent wil worden. Ervaring met pilates mat en ervaring in pilates Reformer is pre, maar het belangrijkste is jouw enthousiasme om te leren en anderen te begeleiden.

Investering

De kosten voor de volledige basisopleiding bedragen € 1.195,-.

Na het volgen van deze opleiding heb je een sterke basis om zelf Pilates Reformer lessen te geven en verder ervaring op te bouwen als docent.

Word jij de volgende Pilates Reformer docent?

Ontwikkel je kennis, leer met vertrouwen lesgeven en ontdek hoe leuk het is om anderen te begeleiden in hun Pilates Reformer training.

Opleidings dagen:

27 september
4 Oktober
11 Oktober
18 Oktober
25 Oktober
1 november
15 november
22 november (examendag)

Volgende Opleiding:

10 Januari
17 Januari
24 Januari
31 Januari
7 februari
14 Februari
7 Maart
14 maart (examendag)