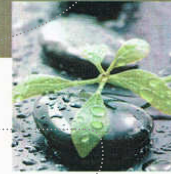


Testat

REMEDIAL PILATES I Haltungsevaluation



Raffaella Husner

Raffaella Husner hat die zeitgenössische art of motion Remedial Pilates I Weiterbildung absolviert, ein fundiertes theoretisches Wissen und umfangreiche praktische Kenntnisse dieser ganzheitlichen Pilates Matte Unterrichtsmethodik erworben.

Ort Sense of Space · Zentweg 17a · CH-3006 Bern
Datum 14. und 15. Mai 2011
Zeit Von 09:00 bis 17:00 Uhr
Total Lernstunden 14

Kursinhalt

- Therapeutische Anwendung von Pilates
 - Korrigierendes Training versus post-rehabilitierendes Training
- Neuromuskuläre Kontrolle und Propriozeption
 - Das Gehirn, Gehirnzentren und Training
 - Neuromuskuläre Kontrolle und Aktivierungsmuster
- Haltung, Bewegung und Funktionalität
 - Charakteristiken und Bedeutsamkeit einer ausbalancierten Haltung
 - Einwirkende Faktoren und Wirkung von Haltung auf Bewegung
 - Das Zentrum; die Rotationsachse von Haltung
- Evaluationsprotokoll
 - Notwendiges Wissen und Verständnis
 - Ganzheitlichkeit versus Mechanik
- Haltungsevaluation
 - Evaluationsprozess und Erfolgsrezepte
 - Haltungstypen und gängige strukturelle Abweichungen
- Ausführung einer Haltungsevaluation

Kursleiterin
Miranda Zryd

Bern, Mai 2011


Geschäftsleiterin Babuche Gruber