

AUS- & WEITERBILDUNGEN PILATES BERN & ZÜRICH

PRE- & POSTNATAL TRAINER:IN

Seminar	Termin	Trainer:in	Ort	Early Bird Preis°	Regulärer Preis
Pre- & Postnatal Trainer:in Practice Day	25.11.2022	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 250.00	CHF 280.00
2023					
Beckenboden & Core – funktional und faszial vernetzt (Tagesseminar)	27.01.2023	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 250.00	CHF 280.00
Prenatal (2-Tagesseminar)	28./29.01.2023	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 490.00	CHF 540.00
Pre- & Postnatal Trainer:in Prüfung & Zertifizierung	03.02.2023	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 250.00	CHF 280.00
Postnatal (2-Tagesseminar)	24./25.02.2023	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 490.00	CHF 540.00
Konzept «Deine Rückbildung» (Tagesseminar)	26.02.2023	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 340.00	CHF 360.00
Rectusdiastase (Tagesseminar)	17.03.2023	Bea Eggimann /Gisela Collazo	Bern / ONLINE	CHF 250.00	CHF 280.00
Pre- & Postnatal Trainer:in Practice Day	18.03.2023	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 250.00	CHF 280.00
Pre- & Postnatal Trainer:in Prüfung & Zertifizierung	29.04.2023	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 250.00	CHF 280.00
Postnatal (2-Tagesseminar)	25./26.08.2023	Bea Eggimann	Dortmund, Bewegungsakademie		Preis bei Anbieter
Konzept «Deine Rückbildung» (Tagesseminar)	27.08.2023	Bea Eggimann	Dortmund, Bewegungsakademie		Preis bei Anbieter
Beckenboden & Core – funktional und faszial vernetzt (Tagesseminar)	20.10.2023	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 250.00	CHF 280.00
Prenatal (2-Tagesseminar)	21./22.10.2023	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 490.00	CHF 540.00
Postnatal (2-Tagesseminar)	17./18.11.2023	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 490.00	CHF 540.00
Konzept «Deine Rückbildung» (Tagesseminar)	19.11.2023	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 340.00	CHF 360.00
Pre- & Postnatal Trainer:in Practice Day	10.12.2023	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 250.00	CHF 280.00
2024					
Pre- & Postnatal Trainer:in Prüfung & Zertifizierung	2024	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 250.00	CHF 280.00

Du kannst die Seminare des Pre- & Postnatal Trainer:ins auch wie folgt buchen.

> Beckenboden & Core – funktional & faszial vernetzt & Prenatal	CHF 690.00	CHF 760.00
> Postnatal & Konzept «Deine Rückbildung»	CHF 770.00	CHF 840.00
> Alle Seminare Pre- & Postnatal Trainer:in (ohne Practice Day & Prüfung)	CHF 1410.00	CHF 1550.00
> Gesamte Ausbildung Pre- & Postnatal Trainer:in (mit Practice Day & Prüfung)	CHF 1820.00	

Seminarzeiten in Bern & ONLINE LIVE jeweils

- > Freitag 13.30-20.30 Uhr
- > Samstag/Sonntag 9.00/-17.00 Uhr

Im Preis inbegriffen sind jeweils ein detailliertes Skript, Zugang zu Videos und REPLAY während der gesamten Ausbildung.

Ausbildungsseminare (ausser Practice Day & Prüfung) können auch – als zeitlich flexible Option – ON DEMAND gebucht werden.

MEDICAL-STRETCHING®

Seminar	Termin	Trainer:in	Ort	Early Bird Preis*	Regulärer Preis
MEDICAL-STRETCHING® Experte	07.-10.06.2023	Kerstin Bredehorn & Jenny Karies	Bern	CHF 1590.00	CHF 1690.00
MEDICAL-STRETCHING® Bodyworker	12.-16.06.2023	Kerstin Bredehorn & Jenny Karies	Bern	CHF 1980.00	CHF 2100.00
MEDICAL-STRETCHING® Bodyworker	01.-05.11.2023	Kerstin Bredehorn & Jenny Karies	Bern	CHF 1980.00	CHF 2100.00

ANATOMY IN THREE DIMENSIONS™

Seminar	Termin	Trainer:in	Ort	Early Bird Preis*	Regulärer Preis
Anatomy In Three Dimensions™ (3-Tagesseminar)	11.-13.11.2022	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 740.00	CHF 790.00
Anatomy In Three Dimensions™ (3-Tagesseminar)	12.-14.05.2023	Bea Eggimann	Dortmund, Bewegungs- akademie		Preis bei Anbieter
Anatomy In Three Dimensions™ (3-Tagesseminar)	24.-26.11.2023	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 740.00	CHF 790.00

TRX® / SUSPENSION PILATES / AERIAL

Seminar	Termin	Trainer:in	Ort	Preis
TRX® & Pilates / Suspension Pilates	22.01.2023	Timur Misirlioglu	Bern	CHF 250.00 / CHF 280.00
Aerial Yoga	04./05.03.2023	Timur Misirlioglu	Zürich	CHF 490.00 / CHF 540.00

WORKSHOPS

Workshop	Termin	Trainer:in	Ort	Preis
Dein Immunsystem mit Ayurveda & Yoga stärken	03.12.2022 14.00-16.30 Uhr	Joëlle Ackermann	Bern	CHF 75.00
Füsse & Becken 3.0 – Funktional und faszial vernetzt	12.01.2022 19.30-21.00 Uhr	Bea Eggimann & Svetlana Lehmann	Bern / ONLINE (inkl. Replay)	CHF 50.00
Pilates Prinzipien vertieft	-	Bea Eggimann	ON DEMAND	CHF 45.00
Der Beckenboden funktional & faszial vernetzt	-	Bea Eggimann	ON DEMAND	CHF 45.00
Functional Core – Funktionelle Mitte	-	Bea Eggimann	ON DEMAND	CHF 45.00
Faszinierende Faszien	-	Bea Eggimann	ON DEMAND	CHF 45.00

RETREATS

Retreat	Termin	Trainer:in	Ort	Preis
Pilates, Yoga & Faszien Weekend Hotel Ermitage	20.-22.01.2023	Bea Eggimann & Sabine Winfield- Adler	Schönried	tba
Pilates, Yoga & Faszien Weekend Hotel Ermitage	24.-26.03.2023	Bea Eggimann & Gisela Collazo	Schönried	tba
Pilates, Yoga & Faszien Weekend Hotel Adula	28.-30.04.2023	Timur Misirlioglu & Madara Baltina	Flims	tba
Pilates, Yoga & Faszien Woche Palazzo Greco	27.05.-03.06.2023	Bea Eggimann & Claudia Vögelin	Kreta	Ab CHF 1490.00
Pilates, Yoga & Faszien Weekend Hotel Ermitage	08.-10.09.2023	Timur Misirlioglu & Bea Eggimann	Schönried	tba
Pilates, Yoga & Faszien Weekend Hotel Adula	22.-24.09.2023	Team	Flims	tba
Pilates, Yoga & Faszien Weekend Hotel Ermitage	03.-05.11.2023	Team	Schönried	tba

* Der Early Bird Preis gilt nur bei Anmeldung & Bezahlung bis 8 Wochen vor Seminarbeginn.

Stand 4. November 2022

pilates°zürich

www.pilates-bern.ch
info@pilates-bern.ch

pilates°bern