



סילבוס

מפגשים 1-6 - מתחילים:

היסטוריה ופילוסופיה של פילאטיס
עקרונות של פילאטיס
מיומנות הוראה/ארגז הכלים למדריך הפילאטיס ברמת יסודות
גישת המדריך
נשימה
לימוד רפרטואר ברמה הבסיסית ובניית מערך שיעור מתחילים

מפגשים 7-11 - רמת אינטרמדייט 1

לימוד רפרטואר האינטרמדייט על כל מכשירי הפילאטיס
בניית מערך שיעור והתאמת טכניקת ההוראה לרמת הביניים intermediate level
איך לקדם מתאמן בהתאם ליכולתו
התאמת השיטה למתאמן (מה ואיך נכון ללמד ומתי)

מפגשים 12-15 - רמת אינטרמדייט 2

המשך לימוד רפרטואר האינטרמדייט על כל מכשירי הפילאטיס
בניית מערך שיעור בהתאם לרמה
איך לקדם מתאמן בהתאם ליכולתו
התאמת השיטה למתאמן (מה ואיך נכון ללמד ומתי)

מפגשים 16-20

מקרים מיוחדים
אוכלוסיות מיוחדות
מכשירים קטנים (Auxiliary)
איך נבנה שיעורי מזרן ברמות השונות

מפגשים 21-25 - רמת מתקדמים Advance level

הרפרטואר המתקדם ותרגילים מהארכיון
מתי נכון להוסיף את התרגול המתקדם ואיך
אתיקה מקצועית
במהלך המפגשים נתעמק בכל אחת ממיומנויות ההוראה, נגע במקרים מיוחדים ונענה על שאלות שעולות לאורך הדרך

- * 25 מפגשים רשמיים - 100 שעות אקדמאיות סה"כ
- * 3 מפגשים בנושא אנטומיה - 15 שעות אקדמאיות סה"כ
- * מינימום 450 שעות סטאג' - מורכב משלושה חלקים:

- 1) שעות צפייה בשיעורי הסטודיו
- 2) שעות הדרכה - שעות שבהן מלמדים את ה"באדי" או חברה לקורס ועבודה על טרמינולוגיה מקצועית
- 3) שעות תרגול (אימון עצמי עם ספר הקורס / אימון בו משמשים "באדי" לחברת הקורס / כניסה לאחד משיעורי הסטודיו)

לפרטים נוספים

מור - 058-5777917

משתתפי הקורס זכאים למנוי חודשי של כניסה אחת בשבוע לשיעורי הסטודיו (לא כולל שיעורי מדריכים) בשלושת החודשים הראשונים של הקורס ללא עלות
לאחר מכן תינתן הנחה של 5% על מנויי הסטודיו.

עלות 16,750 ₪

דמי הרשמה 750 ₪ (מהמחיר המלא)