

# Universitätsexperte

## Pilates-Trainer





## Universitätsexperte Pilates-Trainer

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Monate
- » Qualifizierung: TECH Technische Universität
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Internetzugang: [www.techtitute.com/de/physiotherapie/spezialisierung/spezialisierung-pilates-trainer](http://www.techtitute.com/de/physiotherapie/spezialisierung/spezialisierung-pilates-trainer)

# Index

01

Präsentation

---

Seite 4

02

Ziele

---

Seite 8

03

Kursleitung

---

Seite 12

04

Struktur und Inhalt

---

Seite 18

05

Methodik

---

Seite 24

06

Qualifizierung

---

Seite 32

# 01 Präsentation

Die Wissenschaft hat die gesundheitlichen Vorteile von Pilates für Schwangere und neurologische Patienten bestätigt. Die geringe Belastung für den Körper und die Anpassung der Übungen an verschiedene Krankheitsbilder haben Pilates zu einer aufstrebenden Disziplin im Gesundheitsbereich gemacht. Ihre Integration in die Praxis der Physiotherapeuten hat ihre Anwendungsbereiche erheblich erweitert und bietet den Patienten ein breiteres Spektrum an Übungen. Aus diesem Grund hat TECH diesen 100%igen Online-Kurs entwickelt, der es den Studenten ermöglicht, sich über die Indikationen und Kontraindikationen der verschiedenen Techniken sowie über die je nach Patient erforderlichen Geräte zu informieren. All dies mit didaktischem Material, das über digitale Geräte mit Internetanschluss zugänglich ist.



“

*Aktualisieren Sie mit diesem Universitätsexperten  
Ihr Wissen über die Verwendung von Hilfsmitteln  
wie dem Foam Roller, den elastischen Bändern  
und dem Bosu in der Pilates-Praxis"*

Heute ist Pilates eine sehr nützliche therapeutische Alternative für Patienten mit neurologischen Erkrankungen sowie für Frauen während der Schwangerschaft oder nach der Geburt. Pilates ist eine wirksame Ergänzung zu den herkömmlichen physiotherapeutischen Behandlungen.

Die Merkmale dieser Disziplin haben die Physiotherapeuten dazu veranlasst, sie in ihre tägliche Arbeit zu integrieren, sowohl in den Rehabilitationsprozess als auch in die Prävention von Verletzungen. Die Entwicklung der Methodik der Trainingseinheiten, ihrer Ausstattung und der Herangehensweise an die verschiedenen Pathologien nach den Pilates-Techniken trägt zur Aktualisierung der Fachkräfte bei.

Aus diesem Grund hat TECH diesen Universitätsexperten mit 450 Unterrichtsstunden ins Leben gerufen, der es den Studenten ermöglicht, speziell auf die Bedürfnisse von Patienten mit Störungen des Nervensystems und verschiedenen neurologischen Pathologien einzugehen. Besondere Aufmerksamkeit wird auch den Vorteilen dieser Disziplin während der Schwangerschaft, der Geburt und des Wochenbettes gewidmet.

All dies wird durch zahlreiche multimediale Lehrmaterialien unterstützt, die auf Videozusammenfassungen zu jedem Thema, ausführlichen Videos, Fachliteratur und Fallstudien basieren und rund um die Uhr an sieben Tagen in der Woche zugänglich sind.

Ein 100%iger Online-Abschluss, der es den Studenten ermöglicht, ohne zeitliche Einschränkungen auf den Lehrplan zuzugreifen und somit ungestört ihren täglichen Aktivitäten nachzugehen. Außerdem profitieren die Studenten von einem der revolutionärsten akademischen Systeme, der *Relearning*-Methode, die es ihnen ermöglicht, weniger Zeit in den Lernprozess zu investieren und sich die Konzepte besser einzuprägen.

Dieser **Universitätsexperte in Pilates-Trainer** enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt. Die wichtigsten Merkmale sind:

- ♦ Die Entwicklung von Fallstudien, präsentiert von Experten in Physiotherapie und Spezialisten in Pilates
- ♦ Der anschauliche, schematische und äußerst praxisnahe Inhalt vermittelt alle für die berufliche Praxis unverzichtbaren wissenschaftlichen und praktischen Informationen
- ♦ Er enthält praktische Übungen, in denen der Selbstbewertungsprozess durchgeführt werden kann, um das Lernen zu verbessern
- ♦ Sein besonderer Schwerpunkt liegt auf innovativen Methoden
- ♦ Theoretische Vorträge, Fragen an den Experten, Diskussionsforen zu kontroversen Themen und individuelle Reflexionsarbeit
- ♦ Die Verfügbarkeit des Zugriffs auf die Inhalte von jedem festen oder tragbaren Gerät mit Internetanschluss



*Beschäftigen Sie sich eingehend mit den Veränderungen der Beckenstatik und der Behandlung von Prolaps durch Pilates-Übungen"*

“

*Adaptieren Sie die besten Übungen zur Vorbereitung des Beckens, die für den Moment der Geburt unerlässlich sind, für Ihre physiotherapeutische Praxis"*

*Bewerten Sie mit Hilfe dieses 100%igen Online-Programms die statischen Veränderungen des Körpers und die häufigsten Probleme während der Schwangerschaft.*

*Befassen Sie sich mit den Indikationen und Kontraindikationen der Übungen, die für die Pilates-Praxis in den Rehabilitationstherapien verwendet werden können.*

Das Dozententeam des Programms besteht aus Experten des Sektors, die ihre Berufserfahrung in diese Fortbildung einbringen, sowie aus renommierten Spezialisten von führenden Unternehmen und angesehenen Universitäten.

Die multimedialen Inhalte, die mit der neuesten Bildungstechnologie entwickelt wurden, werden der Fachkraft ein situiertes und kontextbezogenes Lernen ermöglichen, d. h. eine simulierte Umgebung, die eine immersive Fortbildung bietet, die auf die Ausführung von realen Situationen ausgerichtet ist.

Das Konzept dieses Programms konzentriert sich auf problemorientiertes Studieren, bei dem die Fachkraft versuchen muss, die verschiedenen Situationen der beruflichen Praxis zu lösen, die sich im Laufe des Studiengangs ergeben. Zu diesem Zweck wird sie von einem innovativen interaktiven Videosystem unterstützt, das von renommierten Experten entwickelt wurde.



# 02 Ziele

Ziel dieses Programms ist es, Physiotherapeuten die Möglichkeit zu geben, ihre Kenntnisse als Pilates-Trainer auf den neuesten Stand zu bringen. In diesem Zusammenhang wird der Universitätsexperte ihnen die Möglichkeit geben, ihre Fähigkeiten in der sicheren und effektiven Anwendung dieser wenig belastenden körperlichen Aktivität während der Schwangerschaft und nach der Geburt sowie in der Behandlung verschiedener neurologischer Pathologien und allgemeiner Erkrankungen durch den Einsatz verschiedener Geräte und Techniken dieser Disziplin zu verbessern.





“

*Konsultieren Sie detaillierte Videos und echte Fallstudien, mit denen Sie die Pilates-Methode bei Patienten mit Multipler Sklerose oder Parkinson anwenden können"*



## Allgemeine Ziele

---

- ◆ Vertiefen der Kenntnisse und praktischen beruflichen Fähigkeiten im Unterricht von Pilates-Übungen am Boden, an verschiedenen Geräten und mit Hilfsmitteln
- ◆ Differenzieren zwischen den Anwendungen der Pilates-Übungen und den Anpassungen, die für jeden Patienten vorgenommen werden müssen
- ◆ Erstellen eines Übungsprotokolls, das an die Symptomatik und Pathologie des jeweiligen Patienten angepasst ist
- ◆ Bestimmen der Progressionen und Regressionen der Übungen entsprechend den verschiedenen Phasen des Genesungsprozesses nach einer Verletzung
- ◆ Vermeiden kontraindizierter Übungen auf der Grundlage einer vorherigen Bewertung der Patienten und Klienten
- ◆ Bedienen der Geräte, die in der Pilates-Methode verwendet werden
- ◆ Bereitstellen der notwendigen Informationen für die Suche nach wissenschaftlichen und aktualisierten Informationen über Pilates-Behandlungen, die bei verschiedenen Pathologien anwendbar sind
- ◆ Analysieren des Bedarfs und der Verbesserungen von Pilates-Geräten in einem Therapieraum für Pilates-Übungen
- ◆ Entwickeln von Maßnahmen zur Verbesserung der Wirksamkeit von Pilates-Übungen basierend auf den Prinzipien der Methode
- ◆ Ausführen der Übungen nach der Pilates-Methode auf korrekte und analytische Weise
- ◆ Analysieren der physiologischen und posturalen Veränderungen, die bei schwangeren Frauen auftreten
- ◆ Entwerfen von angepassten Übungen für die Frau im Verlauf der Schwangerschaft bis zur Entbindung
- ◆ Beschreiben der Anwendung der Pilates-Methode bei Spitzensportlern





## Spezifische Ziele

---

### **Modul 1. Pilates während der Schwangerschaft, Geburt und im Wochenbett**

- ◆ Unterscheiden der verschiedenen Phasen der Schwangerschaft
- ◆ Bestimmen spezifischer Übungen für jede Phase
- ◆ Beraten der Frauen während der Schwangerschaft, bei der Geburt und im Wochenbett

### **Modul 2. Allgemeine Pathologie und ihre Behandlung mit Pilates**

- ◆ Beherrschen der Charakteristika der einzelnen Pathologien
- ◆ Erkennen der wichtigsten Symptome jeder Pathologie
- ◆ Behandeln von Beschwerden mit Hilfe von Übungen nach der Pilates-Methode

### **Modul 3. Das Pilates-Studio**

- ◆ Beschreiben des Übungsraums für Pilates
- ◆ Beherrschen der Pilates-Geräte
- ◆ Vorstellen von Protokollen und Abläufen der Übungen



*Studieren Sie die Anwendung der Pilates-Methode zur Behandlung von Abdominaldiastasen und anderen schwangerschaftsbedingten Problemen"*

# 03 Kursleitung

Das Programm wurde von renommierten Experten entwickelt, die nach präzisen Kriterien ausgewählt wurden und über umfangreiche Erfahrungen im Bereich der Physiotherapie verfügen. Physiotherapeuten können somit auf einen fortgeschrittenen Lehrplan zurückgreifen, der von echten Experten mit fundierten Kenntnissen der Pilates-Methode entwickelt wurde.

Dies bietet den Studenten die Möglichkeit, ihr Wissen mit echten Spezialisten auf dem Gebiet zu aktualisieren. Eine einzigartige Gelegenheit, die nur TECH, die weltweit größte digitale Universität, bietet.





“

*Erweitern Sie Ihre Fähigkeiten im Umgang mit Geräten wie dem Reformer, dem Cadillac und dem Barrel, indem Sie sich von Experten der Pilates-Methode anleiten lassen"*

## Internationaler Gastregisseur

Dr. Edward Laskowski ist eine international führende Persönlichkeit auf dem Gebiet der Sportmedizin und der physischen Rehabilitation. Er ist vom American Board of Physical Medicine and Rehabilitation zertifiziert und war ein fester Bestandteil des renommierten Personals der Mayo-Klinik, wo er als Direktor des Zentrums für Sportmedizin tätig war.

Darüber hinaus umfasst sein Fachwissen ein breites Spektrum an Disziplinen, von Sportmedizin über Fitness bis hin zu Kraft- und Stabilitätsübungen. Er arbeitet eng mit einem multidisziplinären Team von Spezialisten aus den Bereichen Physikalische Medizin, Rehabilitation, Orthopädie, Physiotherapie und Sportpsychologie zusammen, um einen ganzheitlichen Ansatz für die Betreuung seiner Patienten zu bieten.

Sein Einfluss geht auch über die klinische Praxis hinaus, da er auf nationaler und internationaler Ebene für seine Beiträge zur Welt des Sports und der Gesundheit anerkannt wurde. Als solcher wurde er von Präsident George W. Bush in den President's Council für körperliche Fitness und Sport berufen und mit dem Distinguished Service Award des Gesundheitsministeriums ausgezeichnet, was sein Engagement für die Förderung eines gesunden Lebensstils unterstreicht.

Darüber hinaus hat er bei großen Sportereignissen wie den Olympischen Winterspielen 2002 in Salt Lake City und dem Chicago-Marathon mitgewirkt und für eine hochwertige medizinische Versorgung gesorgt. Darüber hinaus spiegelt sich sein Engagement für die Öffentlichkeitsarbeit in seiner umfangreichen Arbeit bei der Erstellung von akademischen Ressourcen wider, einschließlich der Mayo-Klinik CD-ROM über Sport, Gesundheit und Fitness, sowie in seiner Rolle als mitwirkender Herausgeber des Buches „Mayo Clinic Fitness for EveryBody“. Mit seiner Leidenschaft für die Entlarvung von Mythen und die Bereitstellung präziser, aktueller Informationen ist Dr. Edward Laskowski weiterhin eine einflussreiche Stimme in der Sportmedizin und im Fitnessbereich weltweit.



## Dr. Edward, Laskowski

---

- Direktor des Zentrums für Sportmedizin der Mayo-Klinik, USA
- Beratungsarzt, National Hockey League Players' Association, USA
- Arzt an der Mayo-Klinik, USA
- Mitglied der Olympischen Poliklinik bei den Olympischen Winterspielen (2002), Salt Lake City
- Facharzt für Sportmedizin, Fitness, Krafttraining und Stabilitätsschulung
- Zertifiziert durch das American Board of Physical Medicine and Rehabilitation
- Mitwirkender Herausgeber des Buches „Mayo Clinic Fitness for EveryBody“
- Preis für besondere Verdienste des Ministeriums für Gesundheit und menschliche Dienste
- Mitglied von:
- American College of Sports Medicine

“

*Dank TECH können Sie mit den besten Fachleuten der Welt lernen“*

## Leitung



### Hr. González Arganda, Sergio

- ♦ Physiotherapeut des Fußballclubs Atlético von Madrid
- ♦ CEO von Físio Domicilio Madrid
- ♦ Dozent im Masterstudiengang Physikalische Vorbereitung und Sportanpassung im Fußball
- ♦ Dozent im Universitätsexperten für klinisches Pilates
- ♦ Dozent im Masterstudiengang Biomechanik und Sportphysiotherapie
- ♦ Masterstudiengang in Osteopathie des Bewegungsapparates an der Schule für Osteopathie von Madrid
- ♦ Experte für Pilates und Rehabilitation des Königlichen Spanischen Turnverbands
- ♦ Masterstudiengang in Biomechanik, angewandt auf die Bewertung von Verletzungen und fortgeschrittene Techniken in der Physiotherapie
- ♦ Hochschulabschluss in Physiotherapie von der Päpstlichen Universität Comillas

## Professoren

### Fr. Parra Nebreda, Virginia

- ♦ Physiotherapeutin für Beckenboden an der Stiftung für Multiple Sklerose von Madrid
- ♦ Physiotherapeutin für Beckenboden an der Letfísio Klinik
- ♦ Physiotherapeutin im Pflegeheim Orpea
- ♦ Masterstudiengang in Physiotherapie in Pelvis-Perineologie an der Universität von Castilla La Mancha
- ♦ Fortbildung in Funktioneller Ultraschall in der Physiotherapie des Beckenbodens bei Männern und Frauen bei Físioedit
- ♦ Hypopressives Training bei Low Pressure Fitness
- ♦ Hochschulabschluss in Physiotherapie an der Universität Complutense von Madrid

### Fr. García Ibáñez, Marina

- ♦ Physiotherapeutin für häusliche Behandlungen bei Kindern und Erwachsenen mit neurologischer Pathologie
- ♦ Physiotherapeutin bei der Stiftung für Multiple Sklerose von Madrid
- ♦ Physiotherapeutin und Psychologin in der Klinik Kinés
- ♦ Physiotherapeutin in der Klinik San Nicolás
- ♦ Masterstudiengang in neurologischer Physiotherapie: Beurteilungs- und Behandlungstechniken an der Europäischen Universität von Madrid
- ♦ Expertin für neurologische Physiotherapie an der Europäischen Universität von Madrid
- ♦ Hochschulabschluss in Psychologie an der Nationalen Universität für Fernunterricht (UNED)





# 04

## Struktur und Inhalt

Dieses Programm wurde entwickelt, um Physiotherapeuten die Möglichkeit zu geben, ihre Kenntnisse als Pilates-Trainer auf den neuesten Stand zu bringen. Die Teilnehmer werden ihr Wissen über die verschiedenen Vorteile und Pilates-Übungen, die in jedem der drei Trimester der Schwangerschaft, während der Geburt und in der frühen und späten postnatalen Phase empfohlen werden, erweitern. Sie wird sich auch mit der Pilates-Behandlung verschiedener neurologischer Erkrankungen befassen, darunter Multiple Sklerose, Schlaganfall und Parkinson. Unterstützt wird das Ganze durch multimediale Ressourcen wie In Focus Videos und Fallstudien aus der Praxis, die in einer virtuellen Bibliothek zur Verfügung gestellt werden, auf die ohne zeitliche Begrenzung zugegriffen werden kann.



“

*Mit der Relearning-Methode können Sie auf einfache Weise und ohne stundenlanges Auswendiglernen Konzepte langfristig festigen"*

## Modul 1. Pilates während der Schwangerschaft, Geburt und im Wochenbett

- 1.1. Erstes Trimester
  - 1.1.1. Entwicklung im ersten Trimester
  - 1.1.2. Nutzen und Ziele
  - 1.1.3. Geeignete Übungen
  - 1.1.4. Kontraindikationen
- 1.2. Zweites Trimester
  - 1.2.1. Entwicklung im zweiten Trimester
  - 1.2.2. Nutzen und Ziele
  - 1.2.3. Geeignete Übungen
  - 1.2.4. Kontraindikationen
- 1.3. Drittes Trimester
  - 1.3.1. Entwicklung im dritten Trimester
  - 1.3.2. Nutzen und Ziele
  - 1.3.3. Geeignete Übungen
  - 1.3.4. Kontraindikationen
- 1.4. Entbindung
  - 1.4.1. Dilatations- und Entbindungsphase
  - 1.4.2. Nutzen und Ziele
  - 1.4.3. Empfehlungen
  - 1.4.4. Kontraindikationen
- 1.5. Unmittelbar nach der Entbindung
  - 1.5.1. Erholung und Wochenbett
  - 1.5.2. Nutzen und Ziele
  - 1.5.3. Geeignete Übungen
  - 1.5.4. Kontraindikationen
- 1.6. Harninkontinenz und Beckenbodenchirurgie
  - 1.6.1. Betroffene Anatomie
  - 1.6.2. Pathophysiologie
  - 1.6.3. Geeignete Übungen
  - 1.6.4. Kontraindikationen

- 1.7. Probleme in der Schwangerschaft und Annäherung mit der Pilates-Methode
  - 1.7.1. Veränderung der Körperstatik
  - 1.7.2. Häufigste Probleme
  - 1.7.3. Geeignete Übungen
  - 1.7.4. Kontraindikationen
- 1.8. Vorbereitung auf die Schwangerschaft
  - 1.8.1. Vorteile der körperlichen Betätigung während der Schwangerschaft
  - 1.8.2. Empfohlene körperliche Betätigung
  - 1.8.3. Empfohlene Übungen bei der ersten Schwangerschaft
  - 1.8.4. Vorbereitung für eine zweite und weitere Schwangerschaft
- 1.9. Spätes Wochenbett
  - 1.9.1. Langfristige anatomische Veränderungen
  - 1.9.2. Vorbereitung auf die Rückkehr zu körperlicher Aktivität
  - 1.9.3. Geeignete Übungen
  - 1.9.4. Kontraindikationen
- 1.10. Postnatale Störungen
  - 1.10.1. Abdominale Diastase
  - 1.10.2. Statische Verschiebung des Beckenvorfalls
  - 1.10.3. Störungen der tiefen Bauchmuskulatur
  - 1.10.4. Indikationen und Kontraindikationen beim Kaiserschnitt

## Modul 2. Allgemeine Pathologie und ihre Behandlung mit Pilates

- 2.1. Nervensystem
  - 2.1.1. Zentrales Nervensystem
  - 2.1.2. Peripheres Nervensystem
  - 2.1.3. Kurzbeschreibung der neuronalen Bahnen
  - 2.1.4. Positive Auswirkungen von Pilates auf die neurologische Pathologie
- 2.2. Neurologische Beurteilung mit Fokus auf Pilates
  - 2.2.1. Anamnese
  - 2.2.2. Bewertung von Stärke und Tonus
  - 2.2.3. Bewertung der Sensibilität
  - 2.2.4. Tests und Skalen

- 2.3. Die häufigsten neurologischen Pathologien und wissenschaftliche Erkenntnisse über Pilates
  - 2.3.1. Kurze Beschreibung der Pathologien
  - 2.3.2. Grundprinzipien von Pilates in der neurologischen Pathologie
  - 2.3.3. Anpassung von Pilates-Stellungen
  - 2.3.4. Anpassung von Pilates-Übungen
- 2.4. Multiple Sklerose
  - 2.4.1. Beschreibung der Pathologie
  - 2.4.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 2.4.3. Anpassung von Pilates-Übungen am Boden
  - 2.4.4. Anpassung von Pilates-Übungen mit Hilfsmitteln
- 2.5. Schlaganfall
  - 2.5.1. Beschreibung der Pathologie
  - 2.5.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 2.5.3. Anpassung von Pilates-Übungen am Boden
  - 2.5.4. Anpassung von Pilates-Übungen mit Hilfsmitteln
- 2.6. Parkinson
  - 2.6.1. Beschreibung der Pathologie
  - 2.6.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 2.6.3. Anpassung von Pilates-Übungen am Boden
  - 2.6.4. Anpassung von Pilates-Übungen mit Hilfsmitteln
- 2.7. Zerebrale Lähmung
  - 2.7.1. Beschreibung der Pathologie
  - 2.7.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 2.7.3. Anpassung von Pilates-Übungen am Boden
  - 2.7.4. Anpassung von Pilates-Übungen mit Hilfsmitteln
- 2.8. Senioren
  - 2.8.1. Pathologien im Zusammenhang mit dem Alter
  - 2.8.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 2.8.3. Geeignete Übungen

- 2.8.4. Kontraindizierte Übungen
- 2.9. Osteoporose
  - 2.9.1. Beschreibung der Pathologie
  - 2.9.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 2.9.3. Geeignete Übungen
  - 2.9.4. Kontraindizierte Übungen
- 2.10. Probleme des Beckenbodens: Harninkontinenz
  - 2.10.1. Beschreibung der Pathologie
  - 2.10.2. Inzidenz und Prävalenz
  - 2.10.3. Geeignete Übungen
  - 2.10.4. Kontraindizierte Übungen

### Modul 3. Das Pilates-Studio

- 3.1. Der Reformer
  - 3.1.1. Einführung zum Reformer
  - 3.1.2. Vorzüge des Reformer
  - 3.1.3. Wichtigste Übungen am Reformer
  - 3.1.4. Häufigste Übungsfehler am Refomer
- 3.2. Der Cadillac oder Trapez Tisch
  - 3.2.1. Einführung zum Cadillac
  - 3.2.2. Vorzüge des Cadillac
  - 3.2.3. Wichtigste Übungen am Cadillac
  - 3.2.4. Häufigste Übungsfehler am Cadillac
- 3.3. Der Pilates-Stuhl
  - 3.3.1. Einführung zum Pilates-Stuhl
  - 3.3.2. Vorzüge des Pilates-Stuhl
  - 3.3.3. Wichtigste Übungen mit dem Pilates-Stuhl
  - 3.3.4. Häufigste Übungsfehler mit dem Pilates-Stuhl
- 3.4. Das Barrel
  - 3.4.1. Einführung zum Barrel
  - 3.4.2. Vorzüge des Barrel
  - 3.4.3. Wichtigste Übungen mit dem Barrel
  - 3.4.4. Häufigste Übungsfehler am Barrel

- 3.5. Combo-Modell
  - 3.5.1. Einführung zum Combo-Modell
  - 3.5.2. Vorzüge des Combo-Modells
  - 3.5.3. Wichtigste Übungen mit dem Combo-Modell
  - 3.5.4. Häufigste Übungsfehler mit dem Combo-Modell
- 3.6. Der flexible Ring
  - 3.6.1. Einführung zum flexiblen Ring
  - 3.6.2. Vorzüge des flexiblen Ringes
  - 3.6.3. Wichtigste Übungen mit dem flexiblen Ring
  - 3.6.4. Häufigste Übungsfehler mit dem flexiblen Ring
- 3.7. Der *Spine Corrector*
  - 3.7.1. Einführung in den *Spine Corrector*
  - 3.7.2. Vorzüge des *Spine Correctors*
  - 3.7.3. Wichtigste Übungen am *Spine Corrector*
  - 3.7.4. Häufigste Übungsfehler am *Spine Corrector*
- 3.8. An die Methode angepasste Hilfsmittel
  - 3.8.1. *Foam Roller*
  - 3.8.2. *Fit Ball*
  - 3.8.4. Stretchbänder
  - 3.8.5. Bosu
- 3.9. Der Übungsraum
  - 3.9.1. Präferenzen für die Ausrüstung
  - 3.9.2. Der Pilates-Übungsraum
  - 3.9.3. Pilates Hilfsmittel
  - 3.9.4. Bewährte Praktiken im Übungsraum
- 3.10. Das Umfeld
  - 3.10.1. Das Konzept des Umfeldes
  - 3.10.2. Charakteristika verschiedener Umfeldler
  - 3.10.3. Auswahl des Umfeldes
  - 3.10.4. Schlussfolgerungen





“

*Lernen Sie das zentrale und periphere Nervensystem und seine neurologische Beurteilung mit Hilfe hochwertiger multimedialer Lehrmittel kennen"*

# 05 Methodik

Dieses Fortbildungsprogramm bietet eine andere Art des Lernens. Unsere Methodik wird durch eine zyklische Lernmethode entwickelt: **das Relearning**.

Dieses Lehrsystem wird z. B. an den renommiertesten medizinischen Fakultäten der Welt angewandt und wird von wichtigen Publikationen wie dem **New England Journal of Medicine** als eines der effektivsten angesehen.







“

*Entdecken Sie Relearning, ein System, das das herkömmliche lineare Lernen hinter sich lässt und Sie durch zyklische Lehrsysteme führt: eine Art des Lernens, die sich als äußerst effektiv erwiesen hat, insbesondere in Fächern, die Auswendiglernen erfordern"*

## Bei TECH verwenden wir die Fallmethode

Was sollte eine Fachkraft in einer bestimmten Situation tun? Während des gesamten Programms werden die Studenten mit mehreren simulierten klinischen Fällen konfrontiert, die auf realen Patienten basieren und in denen sie Untersuchungen durchführen, Hypothesen aufstellen und schließlich die Situation lösen müssen. Es gibt zahlreiche wissenschaftliche Belege für die Wirksamkeit der Methode. Die Physiotherapeuten/Kinesiologen lernen mit der Zeit besser, schneller und nachhaltiger.

*Mit TECH werden Sie eine Art des Lernens erleben, die an den Grundlagen der traditionellen Universitäten auf der ganzen Welt rüttelt.*



Nach Dr. Gérvas ist der klinische Fall die kommentierte Darstellung eines Patienten oder einer Gruppe von Patienten, die zu einem „Fall“ wird, einem Beispiel oder Modell, das eine besondere klinische Komponente veranschaulicht, sei es wegen seiner Lehrkraft oder wegen seiner Einzigartigkeit oder Seltenheit. Es ist wichtig, dass der Fall auf dem aktuellen Berufsleben basiert und versucht, die realen Bedingungen in der beruflichen Praxis der Physiotherapie nachzustellen.

“

*Wussten Sie, dass diese Methode im Jahr 1912 in Harvard, für Jurastudenten entwickelt wurde? Die Fallmethode bestand darin, ihnen reale komplexe Situationen zu präsentieren, in denen sie Entscheidungen treffen und begründen mussten, wie sie diese lösen könnten. Sie wurde 1924 als Standardlehrmethode in Harvard etabliert“*

Die Wirksamkeit der Methode wird durch vier Schlüsselergebnisse belegt:

1. Physiotherapeuten/Kinesiologen, die diese Methode anwenden, nehmen nicht nur Konzepte auf, sondern entwickeln auch ihre geistigen Fähigkeiten durch Übungen, die die Bewertung realer Situationen und die Anwendung von Wissen beinhalten.
2. Das Lernen basiert auf praktischen Fertigkeiten, die es den Physiotherapeuten/Kinesiologen ermöglichen, sich besser in die reale Welt zu integrieren.
3. Eine einfachere und effizientere Aufnahme von Ideen und Konzepten wird durch die Verwendung von Situationen erreicht, die aus der Realität entstanden sind.
4. Das Gefühl der Effizienz der investierten Anstrengung wird zu einem sehr wichtigen Anreiz für die Studenten, was sich in einem größeren Interesse am Lernen und einer Steigerung der Zeit, die für die Arbeit am Kurs aufgewendet wird, niederschlägt.



## Relearning Methodology

TECH kombiniert die Methodik der Fallstudien effektiv mit einem 100%igen Online-Lernsystem, das auf Wiederholung basiert und in jeder Lektion 8 verschiedene didaktische Elemente kombiniert.

Wir ergänzen die Fallstudie mit der besten 100%igen Online-Lehrmethode: Relearning.



*Der Physiotherapeut/Kinesiologe lernt durch reale Fälle und die Bewältigung komplexer Situationen in simulierten Lernumgebungen. Diese Simulationen werden mit modernster Software entwickelt, die ein immersives Lernen ermöglicht.*

Die Relearning-Methode, die an der Spitze der weltweiten Pädagogik steht, hat es geschafft, die Gesamtzufriedenheit der Fachleute, die ihr Studium abgeschlossen haben, im Hinblick auf die Qualitätsindikatoren der besten spanischsprachigen Online-Universität (Columbia University) zu verbessern.

Mit dieser Methodik wurden mehr als 65.000 Physiotherapeuten/Kinesiologen mit beispiellosem Erfolg in allen klinischen Fachbereichen fortgebildet, unabhängig von der praktischen Belastung. Unsere Lehrmethodik wurde in einem sehr anspruchsvollen Umfeld entwickelt, mit einer Studentenschaft, die ein hohes sozioökonomisches Profil und ein Durchschnittsalter von 43,5 Jahren aufweist.

*Das Relearning ermöglicht es Ihnen, mit weniger Aufwand und mehr Leistung zu lernen, sich mehr auf Ihre Spezialisierung einzulassen, einen kritischen Geist zu entwickeln, Argumente zu verteidigen und Meinungen zu kontrastieren: eine direkte Gleichung zum Erfolg.*

In unserem Programm ist das Lernen kein linearer Prozess, sondern erfolgt in einer Spirale (lernen, verlernen, vergessen und neu lernen). Daher wird jedes dieser Elemente konzentrisch kombiniert.

Die Gesamtnote unseres Lernsystems beträgt 8,01 und entspricht den höchsten internationalen Standards.



Dieses Programm bietet die besten Lehrmaterialien, die sorgfältig für Fachleute aufbereitet sind:



#### Studienmaterial

Alle didaktischen Inhalte werden von den Fachleuten, die das Hochschulprogramm unterrichten werden, speziell für dieses Programm erstellt, so dass die didaktische Entwicklung wirklich spezifisch und konkret ist.

Diese Inhalte werden dann auf das audiovisuelle Format angewendet, um die Online-Arbeitsmethode von TECH zu schaffen. All dies mit den neuesten Techniken, die in jedem einzelnen der Materialien, die dem Studenten zur Verfügung gestellt werden, qualitativ hochwertige Elemente bieten.



#### Physiotherapeutische Techniken und Verfahren auf Video

TECH bringt dem Studenten die neuesten Techniken, die neuesten pädagogischen Fortschritte und die aktuellsten physiotherapeutischen/kinesiologischen Techniken und Verfahren näher. All dies in der ersten Person, mit äußerster Präzision, erklärt und detailliert, um zur Assimilation und zum Verständnis des Studenten beizutragen. Und das Beste ist, dass Sie sie so oft anschauen können, wie Sie wollen.



#### Interaktive Zusammenfassungen

Das TECH-Team präsentiert die Inhalte auf attraktive und dynamische Weise in multimedialen Pillen, die Audios, Videos, Bilder, Diagramme und konzeptionelle Karten enthalten, um das Wissen zu vertiefen.

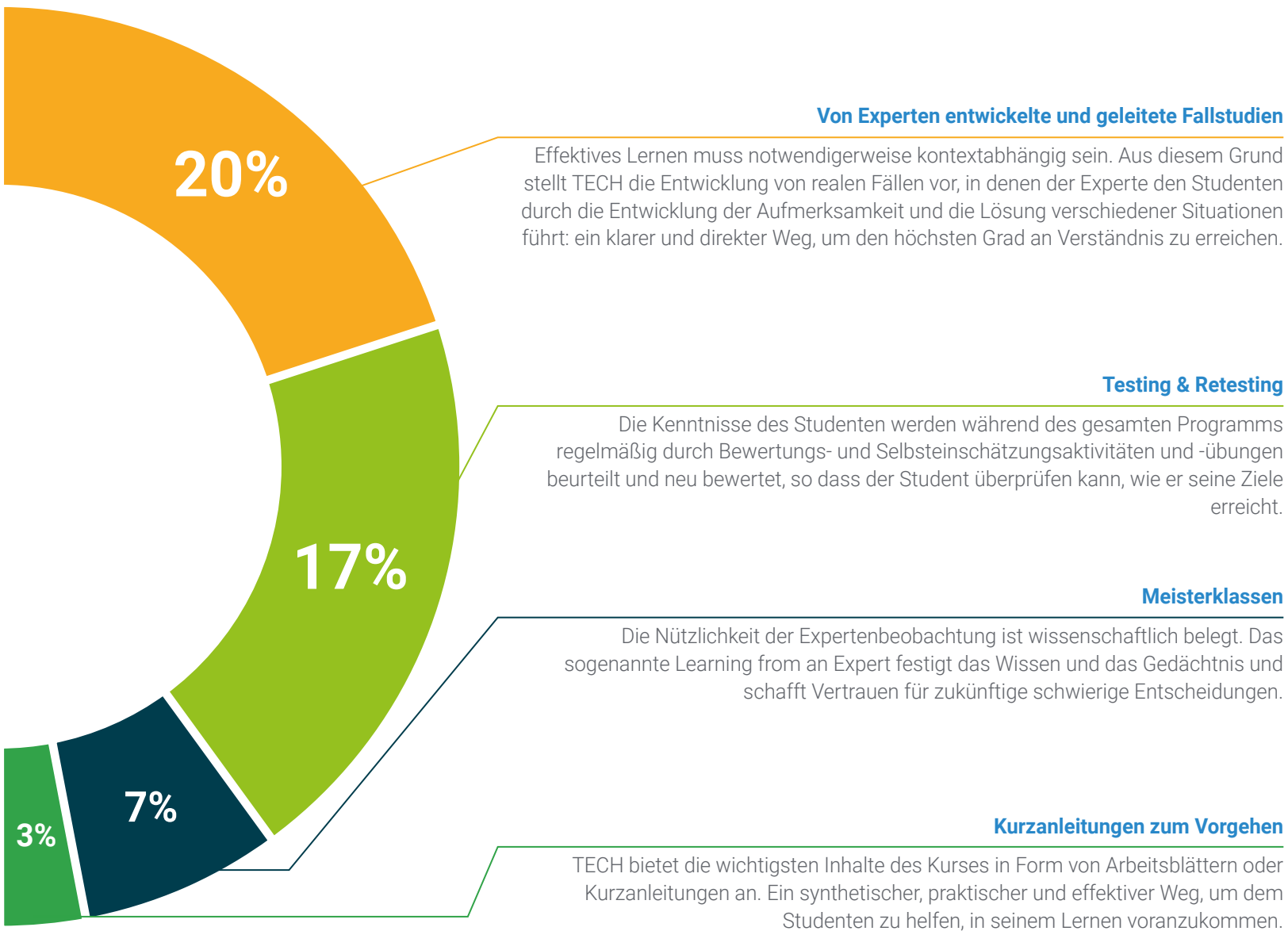
Dieses einzigartige System für die Präsentation multimedialer Inhalte wurde von Microsoft als "Europäische Erfolgsgeschichte" ausgezeichnet.



#### Weitere Lektüren

Aktuelle Artikel, Konsensdokumente und internationale Leitfäden, u. a. In der virtuellen Bibliothek von TECH hat der Student Zugang zu allem, was er für seine Fortbildung benötigt.





06

# Qualifizierung

Der Universitätsexperte in Pilates-Trainer garantiert neben der strengsten und aktuellsten Ausbildung auch den Zugang zu einem von der TECH Technologischen Universität ausgestellten Diplom.





“

*Schließen Sie dieses Programm erfolgreich ab  
und erhalten Sie Ihren Universitätsabschluss  
ohne lästige Reisen oder Formalitäten"*

Dieser **Universitätsexperte in Pilates-Trainer** enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt.

Sobald der Student die Prüfungen bestanden hat, erhält er/sie per Post\* mit Empfangsbestätigung das entsprechende Diplom, ausgestellt von der **TECH Technologische Universität**.

Das von **TECH Technologische Universität** ausgestellte Diplom drückt die erworbene Qualifikation aus und entspricht den Anforderungen, die in der Regel von Stellenbörsen, Auswahlprüfungen und Berufsbildungsausschüssen verlangt werden.

Titel: **Universitätsexperte in Pilates-Trainer**

Anzahl der offiziellen Arbeitsstunden: **450 Std.**



\*Haager Apostille. Für den Fall, dass der Student die Haager Apostille für sein Papierdiplom beantragt, wird TECH EDUCATION die notwendigen Vorkehrungen treffen, um diese gegen eine zusätzliche Gebühr zu beschaffen.

zukunft

gesundheit vertrauen menschen  
erziehung information tutoren  
garantie akkreditierung unterricht  
institutionen technologie lernen  
gemeinschaft verpflichtung  
persönliche betreuung innovationen  
wissen gegenwart qualität  
online-Ausbildung  
entwicklung institutionen  
virtuelles Klassenzimmer sparten

**tech** technologische  
universität

Universitätsexperte

Pilates-Trainer

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Monate
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

# Universitätsexperte Pilates-Trainer

