

# Universitätsexperte

## Pilates-Methode mit Geräten

Von der NBA unterstützt





**tech** technologische  
universität

## Universitätsexperte Pilates-Methode mit Geräten

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

Internetzugang: [www.techtitude.com/de/sportwissenschaften/spezialisierung/spezialisierung-pilates-methode-geraten](http://www.techtitude.com/de/sportwissenschaften/spezialisierung/spezialisierung-pilates-methode-geraten)

# Index

01

Präsentation

---

Seite 4

02

Ziele

---

Seite 8

03

Kursleitung

---

Seite 12

04

Struktur und Inhalt

---

Seite 16

05

Methodik

---

Seite 22

06

Qualifizierung

---

Seite 30

# 01

# Präsentation

Die Pilates-Methode mit Geräten hat sich zu einer immer beliebteren und effektiveren Trainingstechnik zur Verbesserung der Stabilität und Mobilität des Körpers entwickelt, wobei der Schwerpunkt auf dem Becken als Zentrum der Kontrolle und Stabilität liegt. Deshalb muss der Trainer über die neuesten Stabilisierungstechniken und die in dieser Disziplin eingesetzten Geräte Bescheid wissen. Aus diesem Anlass hat TECH dieses Programm entwickelt, das den Fachkräften ein hochwertiges Update über die verschiedenen, an die Pilates-Methode angepassten Geräte, die Wahl des Raums und des Umfelds für diese Disziplin und ihre Grundlagen garantiert. Es handelt sich um ein 100%iges Online-Programm, das den Fachkräften völlige Freiheit beim Zugang zu den Inhalten bietet.





“

*Dank diesem 100%igen Online-Studiengang  
werden Sie die Fortschritte der Pilates-Methode  
mit Geräten effektiv aktualisieren können"*

Die Pilates-Methode mit Geräten erfreut sich zunehmender Beliebtheit, insbesondere bei Athleten und Hochleistungssportlern. Das liegt daran, dass der Schwerpunkt auf der Stärkung der Körpermitte, der Verbesserung der Flexibilität und der Körperhaltung liegt. Aus diesem Grund haben einige Trainingszentren und Fitnessspezialisten damit begonnen, Pilates-Geräte in ihre Arbeitspraxis zu integrieren, um den Sportlern die Möglichkeit zu geben, die Vorteile dieser Technik zu erleben. Darüber hinaus werden spezielle Trainingsprogramme für sie entwickelt, bei denen die Übungen an dem Pilates-Gerät an ihre Bedürfnisse und sportlichen Ziele angepasst werden.

Infolgedessen hat TECH diesen Universitätsexperten entwickelt, der Fachkräften ein wertvolles Update zu den neuesten Techniken der Pilates-Methode mit Geräten bietet. Auf diese Weise können sich die Trainer über die Fortschritte bei der Verwendung der verschiedenen Geräte auf dem Laufenden halten, um diese Disziplin in ihren Trainingseinheiten umzusetzen. Ausserdem lernen sie die Grundlagen der Methode kennen, die es ihnen ermöglichen, die häufigsten Verletzungen genauer zu behandeln und die richtigen Übungen für jede Sportart auszuwählen.

Diesem Ansatz folgend, wird der Studiengang in einem 100%igen Online-Format präsentiert, das die Kombination von persönlichen und beruflichen Aktivitäten mit dieser Weiterbildung begünstigt, da sie nicht an feste Zeitpläne gebunden ist. Das Programm bietet dem Studenten außerdem eine Reihe von Multimedia-Ressourcen wie reale Fallstudien und Videozusammenfassungen, unterstützt durch das *Relearning*-System, das garantiert, dass sich der Student die komplexesten Konzepte in kürzester Zeit und ohne großen Aufwand merken kann.

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

- ♦ Die Entwicklung von Fallstudien, präsentiert von Experten für Physiotherapie und Pilates
- ♦ Der anschauliche, schematische und äußerst praxisnahe Inhalt vermittelt alle für die berufliche Praxis unverzichtbaren wissenschaftlichen und praktischen Informationen
- ♦ Die praktischen Übungen, bei denen der Selbstbewertungsprozess zur Verbesserung des Lernens durchgeführt werden kann
- ♦ Sein besonderer Schwerpunkt liegt auf innovativen Methoden
- ♦ Theoretische Vorträge, Fragen an den Experten, Diskussionsforen zu kontroversen Themen und individuelle Reflexionsarbeit
- ♦ Die Verfügbarkeit des Zugangs zu Inhalten von jedem festen oder tragbaren Gerät mit Internetanschluss



*Sie aktualisieren Ihr Wissen über die wichtigsten Geräte der Pilates-Methode wie z. B. der Barrel, der Pilates-Stuhl und der Flexible Ring"*

“

*Sie erkennen, wie wichtig ein geeignetes Umfeld ist, in dem die Vorlieben für einzelne Geräte und die Anordnung der Geräte berücksichtigt werden, um die Ausübung von Pilates zu erleichtern"*

*Sie lernen die am besten geeigneten Pilates-Übungen am Gerät und deren Anwendung bei Sportverletzungen kennen.*

*Sie werden die verschiedenen Atemtechniken und die Bedeutung der einzelnen Pilates-Übungen in Ihr körperliches Training einbeziehen.*

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

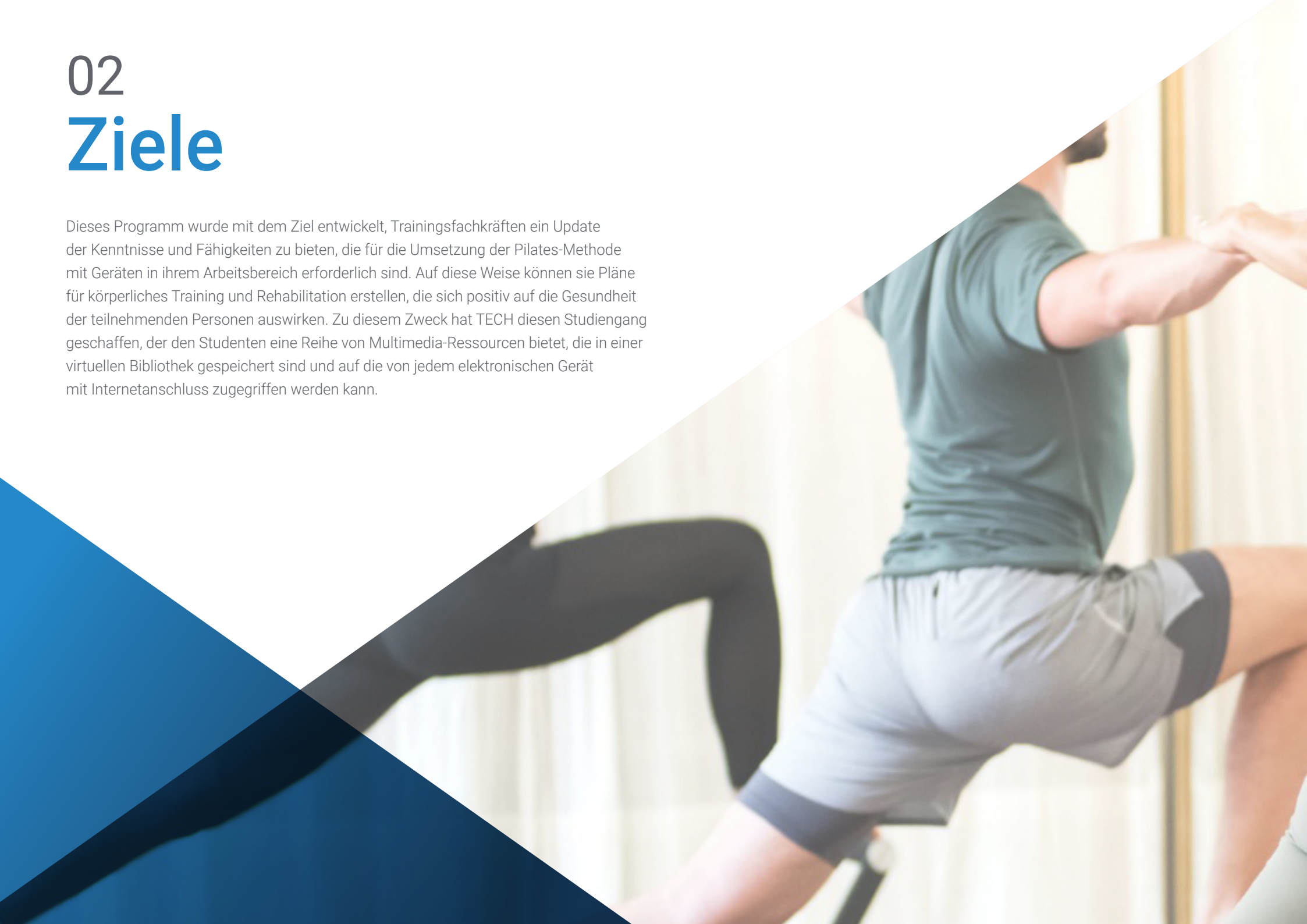
Die multimedialen Inhalte, die mit der neuesten Bildungstechnologie entwickelt wurden, werden der Fachkraft ein situierendes und kontextbezogenes Lernen ermöglichen, d. h. eine simulierte Umgebung, die eine immersive Fortbildung bietet, die auf die Ausführung von realen Situationen ausgerichtet ist.

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



# 02 Ziele

Dieses Programm wurde mit dem Ziel entwickelt, Trainingsfachkräften ein Update der Kenntnisse und Fähigkeiten zu bieten, die für die Umsetzung der Pilates-Methode mit Geräten in ihrem Arbeitsbereich erforderlich sind. Auf diese Weise können sie Pläne für körperliches Training und Rehabilitation erstellen, die sich positiv auf die Gesundheit der teilnehmenden Personen auswirken. Zu diesem Zweck hat TECH diesen Studiengang geschaffen, der den Studenten eine Reihe von Multimedia-Ressourcen bietet, die in einer virtuellen Bibliothek gespeichert sind und auf die von jedem elektronischen Gerät mit Internetanschluss zugegriffen werden kann.







“

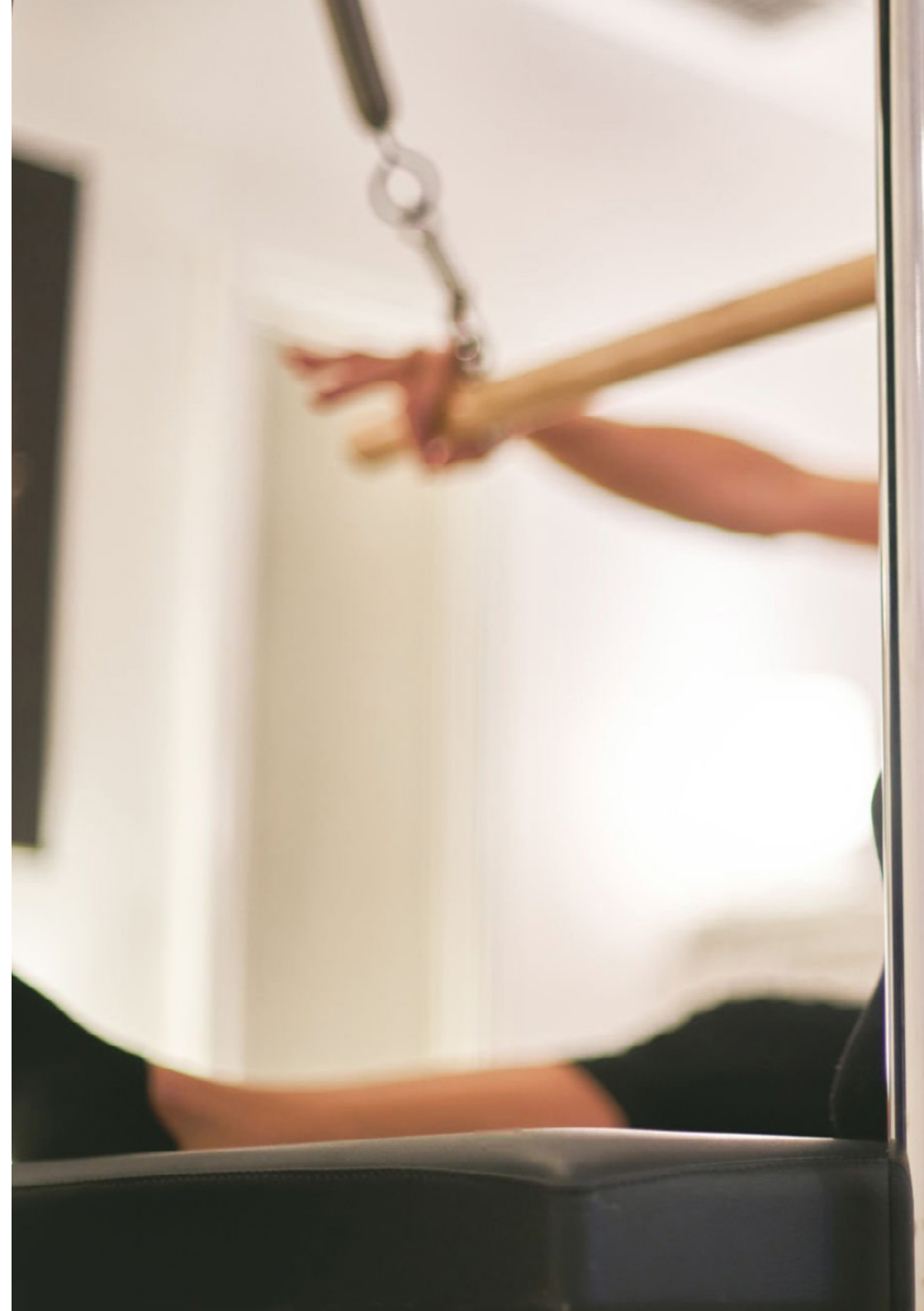
*Sie werden Ihre Fähigkeiten in der Umsetzung von Techniken zur Arbeit mit dem Core und dem Becken als Zentrum der Stabilisierung und Bewegung in der Pilates-Praxis erweitern"*



## 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 jedes Patienten angepasst ist
- ♦ Bestimmen der Progressionen und Regressionen der Übungen entsprechend den verschiedenen Phasen des Genesungsprozesses nach einer Verletzung
- ♦ Vermeiden von kontraindizierten Übungen auf der Grundlage einer vorherigen Bewertung der Patienten und Kliente
- ♦ 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 Übungen, die an die Frau im Verlauf der Schwangerschaft bis zur Entbindung angepasst sind
- ♦ Beschreiben der Anwendung der Pilates-Methode bei Spitzensportlern





## Spezifische Ziele

---

### Modul 1. Das Pilates-Studio

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

### Modul 2. Grundlagen der Pilates-Methode

- ♦ Vertiefen der Grundlagen von Pilates
- ♦ Identifizieren der wichtigsten Übungen
- ♦ Erläutern der zu vermeidenden Pilates-Positionen

### Modul 3. Pilates im Sport

- ♦ Identifizieren der häufigsten Verletzungen in jeder Sportart
- ♦ Benennen von Risikofaktoren, die eine Verletzung begünstigen
- ♦ Auswählen von Übungen, die auf der Pilates-Methode basieren und an die jeweilige Sportart angepasst sind

“

*Sie werden die Pilates-Methode mit Geräten zur Behandlung und Vorbeugung von Verletzungen beim Racketsport anwenden"*

# 03

## Kursleitung

Um das hohe Niveau, das die Programme von TECH auszeichnet, aufrechtzuerhalten, setzt sich das Dozententeam dieses Studiengangs aus führenden Experten auf dem Gebiet der Physiotherapie und der Pilates-Methode zusammen. Auf diese Weise hat der Trainer die Garantie, dass er auf der Grundlage der neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse und mit einem von Experten auf diesem Gebiet entwickelten Lehrplan auf den neuesten Stand gebracht wird. Außerdem können die Studenten dank des engen Kontakts zu den Dozenten eventuelle Fragen zum Inhalt während des Studiums klären.





“

*Dank eines Dozententeams, das diesen Studiengang entwickelt hat, um die häufigsten Verletzungen bei Sportlern verschiedener Sportarten zu untersuchen, erhalten Sie ein Update auf hohem Niveau"*

## Internationaler Gastdirektor

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. Laskowski, Edward

---

- 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 werden Sie mit den besten Fachleuten der Welt lernen können“*

## Leitung



### Hr. González Arganda, Sergio

- ♦ Physiotherapeut im Club Atlético de Madrid und Geschäftsführer von Físio Domicilio Madrid
- ♦ Physiotherapeut des Fußballclubs Atlético de Madrid
- ♦ Geschäftsführer von Físio Domicilio Madrid
- ♦ Masterstudiengang in Osteopathie des Bewegungsapparates an der Osteopathieschule Madrid
- ♦ Masterstudiengang in Biomechanik für die Beurteilung von Verletzungen und fortgeschrittene Techniken in der Physiotherapie
- ♦ Experte für Pilates-Rehabilitation des Königlichen Spanischen Gymnastikverbandes
- ♦ Hochschulabschluss in Physiotherapie, Päpstliche Universität von Comillas

## Professoren

### Fr. Valiente Serrano, Noelia

- ♦ Physiotherapeutin bei Físio Domicilio Madrid
- ♦ Physiotherapeutin bei Keiki Fisioterapia
- ♦ Physiotherapeutin bei Jemed Importaciones

### Hr. Longás de Jesús, Antonio

- ♦ Fisioterapeuta presso la clínica Lagasca
- ♦ Fisioterapeuta a Físio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapeuta al Club di Rugby Veterinaria





# 04

## Struktur und Inhalt

Dieser Universitätsexperte wurde entwickelt, um den Trainern ein Update in der Pilates-Methode mit Geräten zu geben. Dabei vertieft der Experte den Einsatz von Geräten wie Reformer, Pilates-Stuhl und Barrel. Darüber hinaus erweitert sie ihr Wissen über die verschiedenen Aspekte der Methode, einschließlich Atemtechnik, Analyse, Wirkung und Schlussfolgerungen. Sie werden sich auch mit der Biomechanik der Wirbelsäule und ihrer Anwendung in Pilates beschäftigen. All dies wird durch eine Vielzahl innovativer Materialien, wie z. B. fokussierte Videos und reale Fallstudien, unterstützt, die es ermöglichen, die komplexesten Konzepte in der Praxis dieser Disziplin zu vertiefen.





“

*Mit der Relearning-Methode reduzieren Sie lange Studienzeiten und konzentrieren Ihre Aufmerksamkeit auf die zentralen Konzepte"*

## Modul 1. Das Pilates-Studio

- 1.1. Der Reformer
  - 1.1.1. Einführung zum Reformer
  - 1.1.2. Vorzüge des Reformer
  - 1.1.3. Wichtigste Übungen am Reformer
  - 1.1.4. Häufigste Übungsfehler am Refomer
- 1.2. Der Cadillac oder Trapez Tisch
  - 1.2.1. Einführung zum Cadillac
  - 1.2.2. Vorzüge des Cadillac
  - 1.2.3. Wichtigste Übungen am Cadillac
  - 1.2.4. Häufigste Übungsfehler am Cadillac
- 1.3. Der Pilates-Stuhl
  - 1.3.1. Einführung zum Pilates-Stuhl
  - 1.3.2. Vorzüge des Pilates-Stuhl
  - 1.3.3. Wichtigste Übungen mit dem Pilates-Stuhl
  - 1.3.4. Häufigste Übungsfehler mit dem Pilates-Stuhl
- 1.4. Das Barrel
  - 1.4.1. Einführung zum Barrel
  - 1.4.2. Vorzüge des Barrel
  - 1.4.3. Wichtigste Übungen mit dem Barrel
  - 1.4.4. Häufigste Übungsfehler am Barrel
- 1.5. "Combo" Modelle
  - 1.5.1. Einführung zum Combo Modell
  - 1.5.2. Vorzüge des Combo Modells
  - 1.5.3. Wichtigste Übungen mit dem Combo Modell
  - 1.5.1. Häufigste Übungsfehler mit dem Combo-Modell
- 1.6. Der flexible Ring
  - 1.6.1. Einführung zum flexiblen Ring
  - 1.6.2. Vorzüge des flexiblen Ringes
  - 1.6.3. Wichtigste Übungen mit dem flexiblen Ring
  - 1.6.4. Häufigste Übungsfehler mit dem flexiblen Ring

- 1.7. Der *Spine Corrector*
  - 1.7.1. Einführung zum *Spine Corrector*
  - 1.7.2. Vorzüge des *Spine Correctors*
  - 1.7.3. Wichtigste Übungen mit dem *Spine Corrector*
  - 1.7.4. Häufigste Übungsfehler mit dem *Spine Corrector*
- 1.8. An die Methode angepasste Hilfsmittel
  - 1.8.1. *Foam Roller*
  - 1.8.2. *Fit Ball*
  - 1.8.3. Stretchbänder
  - 1.8.4. Bosu
- 1.9. Der Übungsraum
  - 1.9.1. Präferenzen für die Ausrüstung
  - 1.9.2. Der Pilates-Übungsraum
  - 1.9.3. Pilates Hilfsmittel
  - 1.9.4. Bewährte Praktiken im Übungsraum
- 1.10. Das Umfeld
  - 1.10.1. Das Konzept des Umfeldes
  - 1.10.2. Charakteristika verschiedener Umfeldler
  - 1.10.3. Auswahl des Umfeldes
  - 1.10.4. Schlussfolgerungen

## Modul 2. Grundlagen der Pilates-Methode

- 2.1. Die verschiedenen Konzepte der Methode
  - 2.1.1. Die Konzepte nach Joseph Pilates
  - 2.1.2. Entwicklung der Konzepte
  - 2.1.3. Spätere Versionen
  - 2.1.4. Schlussfolgerungen
- 2.2. Die Atmung
  - 2.2.1. Die verschiedene Typen der Atmung
  - 2.2.2. Analyse der Atmungstypen
  - 2.2.3. Die Effekte der Atmung
  - 2.2.4. Schlussfolgerungen

- 2.3. Das Becken als Zentrum von Stabilität und Bewegung
  - 2.3.1. Die Körpermitte (*Core*) von Joseph Pilates
  - 2.3.2. Das wissenschaftliche *Core*
  - 2.3.3. Anatomische Grundlage
  - 2.3.4. *Core* bei Rehabilitationsprozessen
- 2.4. Der Aufbau des Schultergürtels
  - 2.4.1. Anatomischer Überblick
  - 2.4.2. Biomechanik des Schultergürtels
  - 2.4.3. Anwendungen in Pilates
  - 2.4.4. Schlussfolgerungen
- 2.5. Die Funktionsweise der Bewegung der unteren Gliedmaßen
  - 2.5.1. Anatomischer Überblick
  - 2.5.2. Biomechanik der unteren Gliedmaßen
  - 2.5.3. Anwendungen in Pilates
  - 2.5.4. Schlussfolgerungen
- 2.6. Die Artikulation der Wirbelsäule
  - 2.6.1. Anatomischer Überblick
  - 2.6.2. Biomechanik der Wirbelsäule
  - 2.6.3. Anwendungen in Pilates
  - 2.6.4. Schlussfolgerungen
- 2.7. Angleichungen der Körpersegmente
  - 2.7.1. Die Haltung
  - 2.7.2. Die Haltung in Pilates
  - 2.7.3. Segmentale Angleichungen
  - 2.7.4. Die Muskel- und Faszienstränge
- 2.8. Die funktionale Integration
  - 2.8.1. Konzept der der funktionalen Integration
  - 2.8.2. Auswirkungen auf verschiedene Aktivitäten
  - 2.8.3. Die Aufgabe
  - 2.8.4. Kontext

- 2.9. Grundlagen des therapeutischen Pilates
  - 2.9.1. Geschichte des therapeutischen Pilates
  - 2.9.2. Konzepte des therapeutischen Pilates
  - 2.9.3. Kriterien des therapeutischen Pilates
  - 2.9.4. Beispiele für Verletzungen und Pathologien
- 2.10. Klassisches und therapeutisches Pilates
  - 2.10.1. Unterschiede der beiden Methoden
  - 2.10.2. Begründung
  - 2.10.3. Progressionen
  - 2.10.4. Schlussfolgerungen

### Modul 3. Pilates im Sport

- 3.1. Fußball
  - 3.1.1. Häufigste Verletzungen
  - 3.1.2. Pilates als Behandlung und Prävention
  - 3.1.3. Nutzen und Ziele
  - 3.1.4. Beispiel bei Spitzensportlern
- 3.2. Schlägersport
  - 3.2.1. Häufigste Verletzungen
  - 3.2.2. Pilates als Behandlung und Prävention
  - 3.2.3. Nutzen und Ziele
  - 3.2.4. Beispiel bei Spitzensportlern
- 3.3. Basketball
  - 3.3.1. Häufigste Verletzungen
  - 3.3.2. Pilates als Behandlung und Prävention
  - 3.3.3. Nutzen und Ziele
  - 3.3.4. Beispiel bei Spitzensportlern
- 3.4. Handball
  - 3.4.1. Häufigste Verletzungen
  - 3.4.2. Pilates als Behandlung und Prävention
  - 3.4.3. Nutzen und Ziele
  - 3.4.4. Beispiel bei Spitzensportlern

- 3.5. Golf
  - 3.5.1. Häufigste Verletzungen
  - 3.5.2. Pilates als Behandlung und Prävention
  - 3.5.3. Nutzen und Ziele
  - 3.5.4. Beispiel bei Spitzensportlern
- 3.6. Schwimmen
  - 3.6.1. Häufigste Verletzungen
  - 3.6.2. Pilates als Behandlung und Prävention
  - 3.6.3. Nutzen und Ziele
  - 3.6.4. Beispiel bei Spitzensportlern
- 3.7. Leichtathletik
  - 3.7.1. Häufigste Verletzungen
  - 3.7.2. Pilates als Behandlung und Prävention
  - 3.7.3. Nutzen und Ziele
  - 3.7.4. Beispiel bei Spitzensportlern
- 3.8. Tanz und darstellende Kunst
  - 3.8.1. Häufigste Verletzungen
  - 3.8.2. Pilates als Behandlung und Prävention
  - 3.8.3. Nutzen und Ziele
  - 3.8.4. Beispiel bei Spitzensportlern
- 3.9. Eishockey
  - 3.9.1. Häufigste Verletzungen
  - 3.9.2. Pilates als Behandlung und Prävention
  - 3.9.3. Nutzen und Ziele
  - 3.9.4. Beispiel bei Spitzensportlern
- 3.10. Rugby
  - 3.10.1. Häufigste Verletzungen
  - 3.10.2. Pilates als Behandlung und Prävention
  - 3.10.3. Nutzen und Ziele
  - 3.10.4. Beispiel bei Spitzensportlern





“

*Sie werden Ihren Arbeitsbereich verbessern, indem Sie für die entsprechenden Pilates-Übungen die angegebenen Geräte einsetzen"*

# 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"*

## Fallstudie zur Kontextualisierung aller Inhalte

Unser Programm bietet eine revolutionäre Methode zur Entwicklung von Fähigkeiten und Kenntnissen. Unser Ziel ist es, Kompetenzen in einem sich wandelnden, wettbewerbsorientierten und sehr anspruchsvollen Umfeld zu stärken.

“

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



*Sie werden Zugang zu einem Lernsystem haben, das auf Wiederholung basiert, mit natürlichem und progressivem Unterricht während des gesamten Lehrplans.*



*Der Student wird durch gemeinschaftliche Aktivitäten und reale Fälle lernen, wie man komplexe Situationen in realen Geschäftsumgebungen löst.*

## Eine innovative und andersartige Lernmethode

Dieses TECH-Programm ist ein von Grund auf neu entwickeltes, intensives Lehrprogramm, das die anspruchsvollsten Herausforderungen und Entscheidungen in diesem Bereich sowohl auf nationaler als auch auf internationaler Ebene vorsieht. Dank dieser Methodik wird das persönliche und berufliche Wachstum gefördert und ein entscheidender Schritt in Richtung Erfolg gemacht. Die Fallmethode, die Technik, die diesem Inhalt zugrunde liegt, gewährleistet, dass die aktuellste wirtschaftliche, soziale und berufliche Realität berücksichtigt wird.

**“** *Unser Programm bereitet Sie darauf vor, sich neuen Herausforderungen in einem unsicheren Umfeld zu stellen und in Ihrer Karriere erfolgreich zu sein“*

Die Fallmethode ist das von den besten Fakultäten der Welt am häufigsten verwendete Lernsystem. Die Fallmethode wurde 1912 entwickelt, damit Jurastudenten das Recht nicht nur auf der Grundlage theoretischer Inhalte erlernen. Sie bestand darin, ihnen reale komplexe Situationen zu präsentieren, damit sie fundierte Entscheidungen treffen und Werturteile darüber fällen konnten, wie diese zu lösen sind. Sie wurde 1924 als Standardlehrmethode in Harvard etabliert. Was sollte eine Fachkraft in einer bestimmten Situation tun? Mit dieser Frage werden wir bei der Fallmethode konfrontiert, einer handlungsorientierten Lernmethode. Während des gesamten Programms werden die Studenten mit mehreren realen Fällen konfrontiert. Sie müssen ihr gesamtes Wissen integrieren, recherchieren, argumentieren und ihre Ideen und Entscheidungen verteidigen.

## 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.

*Im Jahr 2019 erzielten wir die besten  
Lernergebnisse aller spanischsprachigen  
Online-Universitäten der Welt.*

Bei TECH lernen Sie mit einer hochmodernen Methodik, die darauf ausgerichtet ist, die Führungskräfte der Zukunft zu spezialisieren. Diese Methode, die an der Spitze der weltweiten Pädagogik steht, wird Relearning genannt.

Unsere Universität ist die einzige in der spanischsprachigen Welt, die für die Anwendung dieser erfolgreichen Methode zugelassen ist. Im Jahr 2019 ist es uns gelungen, die Gesamtzufriedenheit unserer Studenten (Qualität der Lehre, Qualität der Materialien, Kursstruktur, Ziele...) in Bezug auf die Indikatoren der besten spanischsprachigen Online-Universität zu verbessern.



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. Mit dieser Methode wurden mehr als 650.000 Hochschulabsolventen mit beispiellosem Erfolg in so unterschiedlichen Bereichen wie Biochemie, Genetik, Chirurgie, internationales Recht, Managementfähigkeiten, Sportwissenschaft, Philosophie, Recht, Ingenieurwesen, Journalismus, Geschichte, Finanzmärkte und -instrumente fortgebildet. Dies alles in einem sehr anspruchsvollen Umfeld mit einer Studentenschaft mit hohem sozioökonomischem Profil und einem Durchschnittsalter von 43,5 Jahren.

*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.*

Nach den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen der Neurowissenschaften wissen wir nicht nur, wie wir Informationen, Ideen, Bilder und Erinnerungen organisieren, sondern auch, dass der Ort und der Kontext, in dem wir etwas gelernt haben, von grundlegender Bedeutung dafür sind, dass wir uns daran erinnern und es im Hippocampus speichern können, um es in unserem Langzeitgedächtnis zu behalten.

Auf diese Weise sind die verschiedenen Elemente unseres Programms im Rahmen des so genannten Neurocognitive Context-Dependent E-Learning mit dem Kontext verbunden, in dem der Teilnehmer seine berufliche Praxis entwickelt.



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



### Studienmaterial

Alle didaktischen Inhalte werden von den Fachleuten, die den Kurs unterrichten werden, speziell für den Kurs 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.



### Meisterklassen

Die Nützlichkeit der Expertenbeobachtung ist wissenschaftlich belegt.

Das sogenannte Learning from an Expert festigt das Wissen und das Gedächtnis und schafft Vertrauen für zukünftige schwierige Entscheidungen.



### Übungen für Fertigkeiten und Kompetenzen

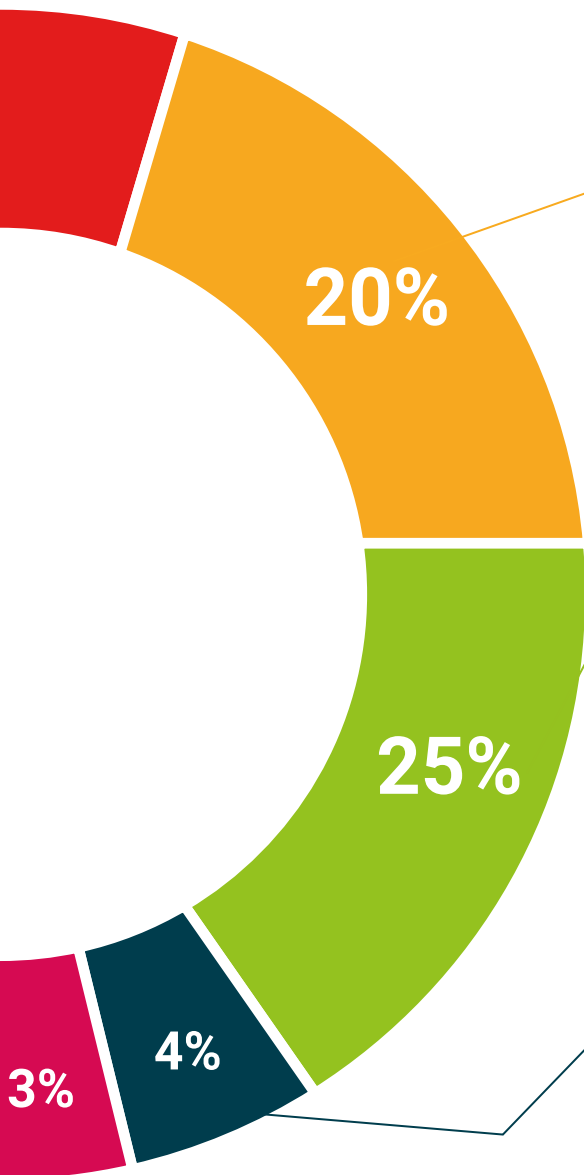
Sie werden Aktivitäten durchführen, um spezifische Kompetenzen und Fertigkeiten in jedem Fachbereich zu entwickeln. Übungen und Aktivitäten zum Erwerb und zur Entwicklung der Fähigkeiten und Fertigkeiten, die ein Spezialist im Rahmen der Globalisierung, in der wir leben, entwickeln muss.



### 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.





#### Case Studies

Sie werden eine Auswahl der besten Fallstudien vervollständigen, die speziell für diese Situation ausgewählt wurden. Die Fälle werden von den besten Spezialisten der internationalen Szene präsentiert, analysiert und betreut.



#### 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 Bildungssystem für die Präsentation multimedialer Inhalte wurde von Microsoft als "Europäische Erfolgsgeschichte" ausgezeichnet.



#### Testing & Retesting

Die Kenntnisse des Studenten werden während des gesamten Programms regelmäßig durch Bewertungs- und Selbsteinschätzungsaktivitäten und -übungen beurteilt und neu bewertet, so dass der Student überprüfen kann, wie er seine Ziele erreicht.



06

# Qualifizierung

Der Universitätsexperte in Pilates-Methode mit Geräten garantiert neben der präzisesten und aktuellsten Fortbildung 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-Methode mit Geräten** enthält das vollständigste und aktuellste 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 Technologischen 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-Methode mit Geräten**

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

Von der NBA unterstützt



\*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 innovation  
wissen gegenwart qualität  
online-Ausbildung  
entwicklung institutionen  
virtuelles Klassenzimmer

**tech** technologische  
universität

**Universitätsexperte**  
Pilates-Methode mit Geräten

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

# Universitätsexperte

## Pilates-Methode mit Geräten

Von der NBA unterstützt

