

# WEITERBILDUNGEN PILATES BERN & ZÜRICH

## PRE- UND POSTNATAL TRAINER

Seminar	Termin	Trainer	Ort	Early Bird Preis*	Regulärer Preis
Der Beckenboden, funktional & faszial vernetzt (Tagesseminar)	12.03.2021	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 240.00	CHF 260.00
Prenatal (2-Tagesseminar)	13./14.03.2021	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 450.00	CHF 500.00
Postnatal (2-Tagesseminar)	18./19.06.2021	Bea Eggimann	Dortmund, Pilates Akademie	Preis bei Anbieter	
Konzept «Deine Rückbildung» (Tagesseminar)	20.06.2021	Bea Eggimann	Dortmund, Pilates Akademie	Preis bei Anbieter	
Postnatal (2-Tagesseminar)	25./26.06.2021	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 450.00	CHF 500.00
Konzept «Deine Rückbildung» (Tagesseminar)	27.06.2021	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 340.00	CHF 360.00
Pre- & Postnatal Trainer Practice Day	20.08.2021	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 240.00	CHF 260.00
Pre- & Postnatal Trainer Abschluss & Prüfung	tbd	Bea Eggimann	Bern oder tbd	CHF 240.00	CHF 260.00
Der Beckenboden, funktional & faszial vernetzt (Tagesseminar)	23.10.2021	Bea Eggimann	Köln, Pilates Bodymotion	Preis bei Anbieter	
Prenatal (Tagesseminar)	24.10.2021	Bea Eggimann	Köln, Pilates Bodymotion	Preis bei Anbieter	
Der Beckenboden, deine tragende Mitte (Tagesseminar)	29.10.2021	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 240.00	CHF 260.00
Prenatal (2-Tagesseminar)	30./31.10.2021	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 450.00	CHF 500.00
Postnatal (2-Tagesseminar)	26./27.11.2021	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 450.00	CHF 500.00
Konzept «Deine Rückbildung» (Tagesseminar)	28.11.2021	Bea Eggimann	Bern / ONLINE	CHF 340.00	CHF 360.00

Die Seminare des Pre- & Postnatal Trainers finden ONLINE oder falls erlaubt auch vor Ort statt und du kannst sie auch als Pakete buchen.

\* Der Beckenboden, funktional & faszial vernetzt & Prenatal

\* Postnatal & Konzept «Deine Rückbildung»

\* Gesamte Ausbildung Pre- & Postnatal Trainer

CHF 640.00

CHF 710.00

CHF 740.00

CHF 810.00

CHF 1330.00

CHF 1470.00

Seminarzeiten in Bern jeweils

\* Freitag 13.30-21.00 Uhr

\* Samstag/Sonntag 9.00-17.00 Uhr

## MEDICAL STRETCHING & WEITERE ANGEBOTE VON GASTDOZIERENDEN

Seminar	Termin	Trainer	Ort	Early Bird Preis*	Regulärer Preis
Medical Stretching Einführungsseminar	12.05.2021	Kerstin Bredehorn & Jenny Karies	Bern	CHF 290.00	CHF 320.00
Medical Stretching Bodyworker	13.-16.05.2021	Kerstin Bredehorn & Jenny Karies	Bern	CHF 1590.00	CHF 1690.00
Movement Science Made Simple Your Song Is Your Strength	tbd	Cara Reeser & Jeremy Laverdure	Zürich	US\$ 745.00	US\$ 795.00
Pilates mit Skoliose	tbd	Xenia Marber	Bern	CHF 240.00	CHF 260.00

## ANATOMY IN THREE DIMENSIONSTM

Seminar	Termin	Trainer	Ort	Early Bird Preis*	Regulärer Preis
Anatomy In Three Dimensions™ (3-Tagesseminar)	29.-31.01.2021	Bea Eggimann & Xenia Marbler	ONLINE	CHF 740.00	CHF 790.00
Anatomy In Three Dimensions™ (3-Tagesseminar)	05.-07.11.2021	Bea Eggimann & Xenia Marbler	Bern / ONLINE	CHF 740.00	CHF 790.00

## WORKSHOPS

Workshop	Termin	Trainer	Ort	Preis
Faszinierende Faszien	20.01.2021 19-21 Uhr	Bea Eggimann	ONLINE	CHF 45.00
Pilates Prinzipien vertieft	15.02.2021 19-21 Uhr	Bea Eggimann	ONLINE	CHF 45.00
Der Beckenboden funktional & faszial vernetzt	22.02.2021 19-21 Uhr	Bea Eggimann	ONLINE	CHF 45.00
Functional Core – funktionelle Mitte	01.03.2021 19-21 Uhr	Bea Eggimann	ONLINE	CHF 45.00

## RETREATS

Retreat	Termin	Trainer	Ort	Preis
Pilates, Yoga & Faszien Weekend Hotel Adula	26.-29.03.2021	Bea Eggimann & Sabine Winfield	Flims	Ab CHF 475.00
Empower yourself: Pilates, Yoga & Faszien Wellness Weekend	30.04.-02.05.2021	Bea Eggimann & Céline Hawang	Stoos	Ab CHF 470.00
Pilates Wochenende Rinderberg Swiss Alpine Lodge	07.-09.05.2021	Simone Hug & Stephanie Plaschy	Zweisimmen	Ab CHF 490.00
Pilates, Yoga & Faszien Woche Palazzo Greco	22.-29.05.2021	Bea Eggimann & Claudia Vögelin	Südkreta	Ab CHF 1490.00
Pilates, Yoga & Faszien Weekend Hotel Adula	17.-19.09.2021	Bea Eggimann & Amanda Brechbühl	Flims	Ab CHF 475.00
Pilates Wochenende Rinderberg Swiss Alpine Lodge	15.-17.10.2021	Simone Hug & Stephanie Plaschy	Zweisimmen	Ab CHF 490.00

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

Stand 8. Januar 2021

*pilates*° zürich

www.pilates-bern.ch  
info@pilates-bern.ch  
Telefon +41 (0)79 864 88 04

*pilates*° bern