

Somatic Pilates -laiteohjaajakoulutus

Aikataulu 2023-2024

- A. Reformer perustaso 2pvä
- B. Reformer keskitaso 2pvä
- C. Cadillac perus- ja keskitaso 3pvä
- D. Chair perus- ja keskitaso 2pvä
- E. Barrels (ladder barrel, spine corrector, arc) 1pvä
- F. Reformer, Cadillac, Chair and Barrels jatkotaso 2pvä
- G. Anatomia 1pvä
- H. Näyttökokeet - observointi 0,5pvä
- I. Circuit harjoittelu 0,5pvä

1. la 16.9.

2. su 17.9.

3. la 7.10.

4. su 8.10.

5. la 4.11.

6. su 5.11.

7. la 9.12.

8. su 10.12.

9. la 20.1.

10. su 21.1.

11. la 2.3.

12. su 3.3.

13. la 13.4.

14. su 14.4.