

Zertifikat

PILATES Bodymotion Trainer Matwork 1. Degree

Sonja Voss

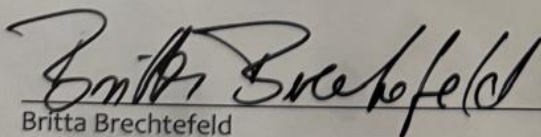
hat am 06. Dezember 2025 erfolgreich die 1. Degree Matwork Ausbildung abgeschlossen. Damit ist sie befähigt nach der PILATES Bodymotion Methode zu unterrichten.

Die Inhalte der Ausbildung umfassen die 7 PILATES Bodymotion Prinzipien, Unterrichten von Pilates-Übungen mit Variationen vom Anfänger bis Mittelstufen-Level, Methodik und Didaktik eines pädagogischen Unterrichts, sowie Personal Training im Matwork-Bereich.

Voraussetzung zur Prüfung war die Teilnahme an 5 Seminarmodulen, an 30 Pilates-Trainingseinheiten sowie das Unterrichten von 20 Pilates Bodymotion Stunden.

Die Ausbildung umfasste inkl. des Final Exams insgesamt 120 Zeitstunden (70 Zeitstunden Präsenzunterricht & 50 Zeitstunden eigenes Training/eigener Unterricht). Mit Bestehen einer schriftlichen und praktischen Prüfung gratulieren wir zu dem offiziellen Titel „PILATES Bodymotion Trainer for Matwork“.

Köln, den 22. Dezember 2025



Britta Brechtefeld

Inhaberin PILATES Bodymotion Studio und Ausbildungszentrum

Vorläufige Gültigkeit: 05. Dezember 2029. Innerhalb von 4 Jahren müssen 4 in der Prüfungsordnung beschriebene Fortbildungsmodule besucht werden, damit das vorliegende Zertifikat seine dauerhafte Gültigkeit behält.



PILATES®
Bodymotion