



המכללה
האקדמית
בוינגייט



קורס מדריך בכיר לפילאטיס

MIND IN MOTION

קורס יישומי ותאורטי להעצמה מקצועית בתחום הדרכת הפילאטיס. הקורס מקנה למשתתפים ידע רחב על נפלאות התנועה- איך המערכות התנועתיות עובדות, כיצד הן מיוצגות במוח וכיצד ניתן ליישם את הידע באימון הפילאטיס. בקורס ילמדו מיטב אנשי המקצוע המומחים בתחומם. הקורס מקנה ללומדים את הכלים לייצר חוויה משמעותית ומקיפה עבור המתאמנים.

הופכים אהבה לקריירה - מאז 1944 | המכללה האקדמית בוינגייט בע"מ (חל"צ)

חינוך
חינם *5009

לפרטים והרשמה: 03-6470802
טלפקס: 03-6475321

מטרת הקורס:

פיתוח יכולות הדרכה בתחום הפילאטיס על ידי:

- ❖ יישום ידע תאורטי בתחום האנטומיה והפיזיולוגיה של מערכת התנועה בשעורי הפילאטיס
- ❖ תרגול שיטות להנחיית קבוצות מיטבית
- ❖ תרגול באמצעות שימוש בעזרים נלווים, תרגול של שיעורים על פי נושא והתאמות לאוכלוסיות מגוונות

מנהלת מקצועית: רחלי זהר מדריכת פילאטיס בכירה, בוגרת תואר שני באקדמיה למוסיקה ולמחול בירושלים, ותואר ראשון בתנועה ובמדעים.

נושאי הלימוד:

מדעים - אנטומיה יישומית, יציבה ומערכת העצבים האחראית על תנועה.
הדרכה - תהליך הובלה והנחיית קבוצה, גישות בעבודה פרטנית, מגע- ככלי להדרכה, בניית תכנית עבודה מותאמת בתחום הפילאטיס לנשים בהריון, ובעיות יציבה.

מעשי - חדשנות בהדרכה, תרגילי מתקדמים, ניתוח שיעור לפי נושא ולפי קבוצות שרירים.

שיעורי אביזרים - FITT BALL, אימון רצועות, BAR PILATES, DANCE PILATES ועוד.

דרכי הוראה: הרצאות פרונטליות, מצגות, הוראת עמיתים וקידום יכולת הדרכה.

תנאי קבלה: מדריכי פילאטיס בעלי תעודה ממוסד מוכר בעלי רקע של שנה לפחות בהוראת פילאטיס, ראיון קבלה אישי.

היקף הקורס: 60 שעות אקדמיות, 12 מפגשים של 5 שעות

תאריכי הקורס: 5/9/17 - 28/11/17 ימי שלישי בין 11:00 ל-15:00

תעודה: מדריך פילאטיס מתקדם של המכללה האקדמית בוינגייט

מחיר הקורס: 2,950 ₪ + 195 ₪ דמי הרשמה

הלימודים מתקיימים ביחידה ללימודי חוץ בתל אביב

חינוך
חינם *5009

לפרטים והרשמה: 03-6470802
טלפקס: 03-6475321