



BASIC ANATOMY

Voraussetzung:

- Keine

Dieser Kurs ist eine Einführung in die Anatomie des menschlichen Körpers in Bezug auf den Bewegungsapparat. Jeder, der die Grundlagen der Anatomie kennen lernen möchte ist hier willkommen. Dieser Kurs ist besonders geeignet für alle, die mit der PILATES Bodymotion Ausbildung beginnen und sich somit auf den Basic-Kurs vorbereiten möchten. Oder auch im Nachhinein noch mal alle wichtigen anatomischen Grundlagen vertiefen wollen. Die richtige Terminologie im Zusammenhang mit Bewegungsrichtungen, anatomischen Ebenen sowie Muskeln, Knochen- und Gelenkstrukturen der verschiedenen Körperpartien stehen in diesem 1-tägigen Seminar im Vordergrund.

