



# PILATES ALLEGRO REVISITED

*Voraussetzung: Allegro-Ausbildung begonnen*

Du hast eine Allegro Ausbildung, unterrichtest bereits, würdest aber gerne noch Dein Wissen vertiefen und den einen oder anderen Tipp bekommen?

Fragst Du dich manchmal was ist der Kern einer Übung und wie vermittele ich diesen am besten meinen Teilnehmern? Was sind sinnvolle taktile Hilfen und verbale Anleitungen um das Verständnis für die Übungen zu vertiefen? Worauf muss ich bei meinen Teilnehmern achten? Was sind erlaubte Abweichungen in der Ausführung und was ist Schummeln?

Dieser Workshop möchte Deine Fragen beantworten, Dich praktisch erfahren lassen, worauf es in den einzelnen Übungen ankommt und vermittelt Dir wertvolle Tipps wie Du dieses Wissen an Deine Teilnehmern weitergeben kannst. Freue Dich auf einen Tag mit Christian Lutz und mit vielen, spannenden und neuen Erfahrungen und Informationen!

