



TEILNAHMEBESTÄTIGUNG

RENATE EGG

hat an der Fortbildung
bei

PILATES Bodymotion
“TRX & Pilates”

am 19. März 2016 in Bern
teilgenommen.

Inhalte

Einführung in das Pilates Training sowie praktische Handhabung
mit Schlingen (TRX® Suspension Trainer)

1 Masterclass

Einüben von Pilates Exercises mit dem TRX®
sowie deren Ausführung und Anleitung mit verbaler und
taktile Unterstützung

UMFANG

7 Unterrichtsstunden

19. März 2016

Timur Misirlioglu

PILATES Bodymotion Ausbilder

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Timur Misirlioglu", is written over a horizontal line.