

TODISTUS

Jenni Heikkinen

on valmistunut hyväksytysti

Somatic Pilates-laiteohjaajaksi

14.9.2024 - 13.4.2025

Koulutuksen sisältö

- Perus-, keski- ja jatkotason liikkeitä laitteilla Reformer, Cadillac, Wunda Chair ja Barrels

Kurssin sisältö yht. 300 h

- 14 lähiopetuspäivää sekä
- 10h case study
- 20h ohjausharjoittelua
- 85h omaa harjoittelua laitteilla
- 40h laitetuntien observointia
- 45 laitetuntia
- näytetunti ja tuntisuunnitelma

Kouluttajat: Jarmo Ahonen, Hely Järvinen, Sampo Ildstam
ja Heikki Lempiäinen

Helsingissä 13.4.2025



Jarmo Ahonen

Vastaava opettaja