

PhysioPilates – Faszientraining faszinierend anders – Grundkurs



Döpfer Akademie
Fort- und Weiterbildung



Alles auf einen Blick:

Fortbildungspunkte	16
Kosten	295,00 € ((210,00€ für Mitglieder des ZVK/Physio Deutschland))
Zielgruppe	Physiotherapeuten Teilnahmebescheinigung

“Wenn man weiß was man tut, kann man tun was man will.“

Alles ist erlaubt, wenn der Körper weiß was er tut. Diese Bewegungsintelligenz erreichen wir durch ein Ganzkörpertraining, basierend auf der ursprünglichen Pilates Methode, sportwissenschaftlich weiterentwickelt, physiotherapeutisch verfeinert und durchmischt mit Neuheiten aus der Fasziensforschung:

Die Faszien, unser dreidimensionales Ganzkörpernetz, sind mehr als passives Verpackungsmaterial. Sie sind trainierbar, brauchen jedoch eigene, spezielle Impuls. Diese setzen wir bei der Fortbildung ein und erreichen ein Training welches bestehende Bewegungsmethoden nachhaltig ergänzt und lebendig macht.

Bei dieser Fortbildung werden wir verschiedene Beschwerdebilder und typische Schonhaltungen ansprechen und neue Behandlungsansätze in Orientierung an den Pilates Prinzipien erarbeiten. Dabei liegen die Schwerpunkte in der eigenen Wahrnehmung, es entsteht Wohlspannung statt Verspannung und somit ein neues Körpergefühl. Training und Therapie laufen zusammen. Der Kreis zwischen passiv und aktiv schließt sich. Die Inhalte sind praxisnah und direkt am Patienten umsetzbar.

- Anerkannt als Rückenschulrefresher nach den Richtlinien der KddR
- Lebendige und abwechslungsreiche Ergänzung zu Rückenschule und Wirbelsäulengymnastik
- Gute Basis zur Anerkennung von Pilates als Prävention nach §20

Inhalte

In diesem Kurs werden die Grundlagen und Prinzipien des Pilates Konzeptes theoretisch und praktisch vorgestellt und erarbeitet. Diese neu erarbeiteten Bewegungsmuster werden dann durch modifizierte Übungen, sogenannte Pre-Pilates Übungen, verinnerlicht. Die klassischen Pilates Übungen werden aufgesplittet, in die Therapie integriert und sind somit direkt in der Praxis anwendbar.

Inhalt Grundkurs:

- Entstehungsgeschichte und Entwicklung von Pilates
- 2 Pilates-Unterrichtsstunden (Praxis/Eigenerfahrung)
- Theoretische Einführung und praktische Umsetzung der SimPhysio Pilates Prinzipien
- Modifizierte Pilates Übungen unter Berücksichtigung physiotherapeutischer Grundlagen
- Einführung in das Fasziengefühl und Integration in die Übungen
- Anleiten der Übungen in Partnerarbeit mit verbaler und taktiler Begleitung
- Praxisnahe Umsetzung auf verschiedene Beschwerdebilder

Standort

Düsseldorf

Termin(e)

Kursbeginn: May 2026

29.05.2026–30.05.2026

Stundenanzahl: 16 UE

Kurszeiten

Freitag 14:00–18:30 Uhr

Samstag 08:00–16:00 Uhr

Weitere Informationen

Dozent

Simone Scheffer:

Physiotherapeutin, Pilatetrainerin,
Fitnesstrainerin

Kooperationspartner

Landesverband Nordrhein-Westfalen e.V. <http://nrw.physio-deutschland.de/landesverband-nrw.html>

Veranstaltungsort

Döpfer Akademie Düsseldorf
Werdener Str. 8
40227 Düsseldorf

Ihre Ansprechpartner

Michael Erdmann

Mobil: 0151 16911709

E-Mail: m.erdmann@doepfer-akademie.de

Oliver Linnartz

Tel: 0221 277285-17

Fax: 0221 277285-19

E-Mail: o.linnartz@doepfer-akademie.de

Teilnahmevoraussetzungen

Staatliche Anerkennung Physiotherapie

Hinweise

Grundkurs. Diese Fortbildung ist anerkannt als Rückenschulrefresher zur Verlängerung der Rückenschullehrer Lizenz nach KddR.

Die Anmeldung erfolgt über Physio Deutschland bzw. den **Landesverband Nordrhein-Westfalen e.V.** auf folgender Internetseite:

<https://nrw.physio-deutschland.de/landesverband-nrw/fortbildungen.html>

Aktuelle Preise:

230,00€ für Mitglieder

295,00€ für Nicht-Mitglieder