



Marjon van Grunsven

Artistic Director • Creative Director • Coaching & Consulting

PILATES TEACHER CERTIFICATION & CONTINUING EDUCATION PROGRAM

Index;

Opleidingen/ Cursussen/ Verdiepingen voor Docenten	Pagina 1
Vervolg Opleiding/ Cursus & Supervisie	Pagina 2
Locatie	Pagina 2
Het Aanbod	Pagina 3
De Kosten	Pagina 3
Inbegrepen	Pagina 3 & 4
Op Locatie/Online	Pagina 4

Opleidingen/ Cursussen/ Verdiepingen voor Docenten

Classical Pilates Method of Bodyconditioning - 2021

In 2004 is Memento Bodyworks in Nederland begonnen met het verzorgen van opleidingen/ cursussen/ verdiepingen voor Pilates docenten. Eigenaresse en certified Pilates Instructor **Marjon van Grunsven** woonde en werkte voor die tijd gedurende een periode van 8 jaar in New York City alwaar ze sinds 1994 heeft getraind en gewerkt met master instructors Romana Kryzanowska (rechterhand van Joseph H. Pilates zelf), Bob Liekens en vele andere Pilates docenten welke tot vandaag de dag actief zijn, wereldwijd, als Pilates Instructor en Master Instructors.

In 1997 behaalde Marjon haar certificaat als Pilates Instructor uit handen van Romana Kryzanowska en zo behoorde zij officieel tot de 'Second Generation teacher' van de Classical Pilates Method of Bodyconditioning. Tot het jaar 2000 bleef zij actief als docent in het team van Bob en Romana in New York City. Tevens was zij toen al begeleider van menigeen Pilates docent in opleiding.

De vraag naar opleidingen, cursussen en verdiepingen voor Pilates Docenten steeg enorm , ook in Nederland. Dit was de reden voor Memento Bodyworks op die vraag in te gaan. Eerst was er alleen een vooropleiding, ter kennismaking, op de mat. Al snel volgde de gehele Matroutine in alle niveaus en verzorgde de studio de complete opleiding met toestellen.

Gedurende het unieke programma welke Marjon tot op de dag van vandaag aanbied in zowel privé als in groepsverband, zul je de oefeningen en de principes gecreëerd door Joseph Hubertus Pilates aanleren volgens de klassieke en authentieke wijze van zijn methode. Klassiek en/of authentiek verwijst naar de gegeven oefeningen en het taalgebruik, ofwel het vocabulaire, welke wordt gebruikt tijdens het lesgeven. De opleiding handhaaft een systematische opbouw en volgorde van oefeningen en we proberen daarbij uiteindelijk alle 6 belangrijkste Pilates toestellen binnen één sessie te integreren. De mat is slechts een onderdeel van de gehele Pilates methode. Wel 1 van de



Marjon van Grunsvan

Artistic Director • Creative Director • Coaching & Consulting

PILATES TEACHER CERTIFICATION & CONTINUING EDUCATION PROGRAM

belangrijkste in de basis. Daarom kan de opleiding/ de cursus of de verdieping daarmee beginnen, maar dat HOEFT niet.

Naast het aanleren van de oefeningen, zul je een volledig begrip van de Pilates methode ontwikkelen. Je zult de specifieke aspecten van een gebalanceerde sessie leren, bekwaam worden in je begrip en toepassing van juiste lichaamsmechaniek en houding voor ieder uniek mens met al zijn/haar boeiende verschillen en je zult getraind worden in de methodes welke worden gebruikt bij klanten met speciale behoeften (zoals bijvoorbeeld nek, rug, knie en schouder problemen). Je zult leren hoe les te geven, wat er in een sessie moet worden behandeld en waarom het belangrijk is.

Ook al is een van de vereisten voor deelname ervaring met lesgeven en voldoende kennis van de anatomie van het menselijk lichaam, zal de anatomie verder worden behandeld gedurende de vervolgopleidingen/ cursussen/ verdiepingen van fase 2 en 3 en zal deze kennis worden getoetst gedurende de eind examens. *Deze modules zijn echter GEEN anatomie cursussen.

Vervolg Opleidingen/Cursussen en Supervisie

Marjon gelooft dat 'leren' een proces is wat nooit ophoudt en dat de opleiding/ de cursus/ de verdieping een stap kan zijn naar het leren van iets nieuws. Eenmaal afgerond in je gekozen module wordt je in staat gesteld/ ge-adviseerd een aantal nascholing cursussen te volgen. Deze cursussen staan je toe alles nog eens te herhalen en je kennis te verdiepen en misschien verbeteren wat je in de opleiding hebt geleerd. Ook worden er in deze cursussen zaken behandeld welke wellicht niet aan de orde waren gekomen tijdens de opleiding.

In het eerste jaar na je gevolgde module kun je supervisie krijgen, naar gelang je eigen behoefte.. Supervisie binnen deze opleiding/ cursus/ verdieping betekend simpelweg begeleiding en/of coaching waar nodig.

Locatie;

De opleiding/cursus/verdieping in *groepsverband* vind plaats in de Pilates Studio; Transforma Pilates Teteringen ;

De opleiding/cursus/verdieping in *groepsverband* kan echter ook op locatie kunnen verzorgd

De opleiding/cursus/verdieping in *privé setting* wordt gegeven in de home studio van Marjon OF op Locatie



Marjon van Grunsvan

Artistic Director • Creative Director • Coaching & Consulting

PILATES TEACHER CERTIFICATION & CONTINUING EDUCATION PROGRAM

Het aanbod

1. **Vooropleiding Mat** - Basis, Beginner en Intermediate niveau van de mat - 2 opeenvolgende dagen intensieve cursus gevolgd door een terugkomdag– Deze module wordt aangeraden (maar is niet verplicht), mocht er worden doorgestroomd naar de tweede fase van het aanbod, de 'Vervolg opleiding mat'. *Na een persoonlijk intake gesprek met Marjon, wordt gekeken naar je ervaring en naar wat het beste bij je past.*
2. **Vervolgopleiding Mat** – Alle Niveaus van de Mat; Basis, Beginner, Intermediate, Advanced - *Voor toelating tot deze module wordt na een persoonlijk intake gesprek met Marjon, gekeken naar je ervaring en naar wat het beste bij je past.* Deze module omvat 5 opeenvolgende dagen intensieve cursus. Mocht je een lesgeef certificaat willen ontvangen, dan wordt deze module gevolgd door verplichte lesgeef- en observatie uren, gevolgd door een praktijk en theorie examen. Mocht je alleen een deelname certificaat voor 'Verdieping/ Continuing Education' willen ontvangen, dan is dit een bespreekbare keuze. Deze module wordt aangeraden (maar is niet verplicht) mocht er worden doorgestroomd naar de derde fase van het aanbod met de toestellen; de 'Total System of the Pilates Method'.
3. **Total System of the Pilates Method** - Alle Niveaus van de toestellen; Basis, Beginner, Intermediate, Advanced – *Voor toelating tot deze module wordt na een persoonlijk intake gesprek met Marjon, gekeken naar je ervaring en naar wat het beste bij je past.* Deze module omvat een 9 dagen intensieve cursus, verspreid over 3 weken. Mocht je een lesgeef certificaat willen ontvangen, dan wordt deze module gevolgd door verplichte lesgeef en observatie uren, gevolgd door een praktijk en theorie examen. Mocht je alleen een deelname certificaat voor 'Verdieping/ Continuing Education' willen ontvangen, dan is dit een bespreekbare keuze - Aangeraden voorafgaand aan deelname zijn 10 privé sessies met Marjon. Deze zijn niet inbegrepen in de totaal prijs maar bij deelname aan deze module, wordt korting op de sessies voor docenten geboden (Zie verder)
4. **Kleine Groep (v.a. 2p) op maat gemaakte modules naar gelang jouw specifieke behoefte.** Deze module wordt samen met jouw inbreng gecreëerd.
5. **Privé op maat gemaakte modules naar gelang jouw specifieke behoefte.** Deze module wordt samen met jouw inbreng gecreëerd.

De Kosten (Zie volgende pagina voor wat er bij de prijs is inbegrepen)

1. **Vooropleiding Mat** - Prijs € 726, 00 (Incl. BTW)
2. **Vervolgopleiding Mat** –Prijs € 1815,00 (Incl. BTW)
3. **Total System of the Pilates Method** Prijs € 3267, 00 (Incl. BTW)
4. **Kleine Groep (v.a. 2p) op maat gemaakte modules** Prijs € 60,50 (Incl. BTW) per uur.
5. **Privé op maat gemaakte modules** Prijs € 90,75 (Incl. BTW) per uur.
6. **Examen kosten – Vervolgopleiding MAT:** Prijs €150 ((Incl. BTW) / **Total System of the Pilates method:** Prijs € 300 (Incl. BTW)



Marjon van Grunsvan

Artistic Director • Creative Director • Coaching & Consulting

PILATES TEACHER CERTIFICATION & CONTINUING EDUCATION PROGRAM

Inbegrepen

- Een op de specifieke module aanvullende studie map met daarin de nodige informatie over alle specifieke Niveaus.
- Wettransfer/ Dropbox Video Materiaal afhankelijk van de module die je kiest
- Optioneel opgenomen video materiaal welke tijdens de cursus t.b.v. de cursist zelf kan worden gemaakt. (met ondertekende toestemming van de cursist)
- Afhangende van de keuze van de cursist; Een praktische en theoretische eindtoets waarin wordt gekeken of de student voldoende kennis bezit over de drie verschillende niveaus inclusief de pre-Pilates oefeningen van de matlessen.
- **Eerste jaar vanaf gevolgde cursus** – 25% Korting op alle prive sessies in de praktijk van Marjon gedurende 1 jaar (Aangepaste en op maat gemaakte privé cursussen hebben soms ook een aangepaste periode van korting op lessen)- zie prijslijst onderaan. Gratis deelname aan groep matlessen die Marjon geeft. (In Teteringen en in Den Bosch alsmede daar waar ze workshops geeft) - Gratis deelname als observant bij vooropleidingen en andere vervolgopleiding groepen, waarvan de uren kunnen worden geregistreerd werkende naar de eind toets toe.
- Na positieve afronding van de eind toetsing krijgt de cursist een lesgeef certificaat. Verkiest de cursist alleen een deelname certificaat, dan kan dat ook in overleg met Marjon en hoeven de uren niet te worden behaald. Dit deelname certificaat is dan *geen* zgn. lesgeef certificaat.
- Deelname aan de opleidingen/ cursussen/ lessen geschiedt volledig op eigen risico van de deelnemer. Elke cursist is verplicht lichamelijke klachten voor aanvang van deelname te melden. Deelname is alleen mogelijk indien je gezondheid geen belemmering vormt. Neem bij twijfel contact op met je huisarts en/of fysiotherapeut.

Op Locatie/ Online

Het is ook mogelijk de opleiding/cursus/verdieping op locatie of online te laten plaatsvinden.

In het geval van ' Op Locatie' wordt een kilometer vergoeding en een maximale retour reistijd van 3 uur gerekend. Dit kan allemaal in overleg met Marjon worden besproken.

Indien je vragen hebt over één van de opleidingen/Cursussen/Verdiepingen en/of de formulieren, neem dan contact met Marjon op door het versturen van een e-mail naar marjonmemento@yahoo.com
Of bel; 06-11463018