

# Zertifikat

## PTT Modul Pilates Prenatal

**Steffi Granzer**

hat erfolgreich an der 12-stündigen more Akademie Ausbildung vom 25. – 26.01.2025 teilgenommen.

Inhalte der Ausbildung:

Körperliche Veränderungen in der Schwangerschaft  
Was macht einen Pilates Schwangerschaftskurs aus? Unterschied zum Pilates Basic Kurs  
Was ist beim Unterrichten zu beachten? (Methodik / Didaktik)  
Prenatal Pilates Übungen / Variationen  
Allgemeiner Aufbau von Prenatal Pilates Stunden



Almut Schotte, Leiterin der Pilates Akademie  
26.01.2025 – more, Stuttgart