



Marjon van Grunsvan

Artistic Director • Creative Director • Coaching & Consulting

PILATES TEACHER CERTIFICATION & CONTINUING EDUCATION PROGRAM

Index;

| | |
|--|----------|
| Opleidingen/ Cursussen/ Verdiepingen voor Docenten | Pagina 1 |
| Vervolg Opleiding/ Cursus & Coaching | Pagina 2 |
| Locatie | Pagina 2 |
| Het Aanbod Toelating vereisten | Pagina 3 |
| De Kosten | Pagina 3 |
| Inbegrepen | Pagina 4 |
| Op Locatie/Online | Pagina 4 |

Opleidingen/ Cursussen/ Verdiepingen voor Docenten

Classical Pilates Method of Bodyconditioning – 2024

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 Grunsvan** 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 aanbiedt 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 is het noodzakelijk dat de opleiding/ de cursus of de verdieping daarmee begint, OF dat er voldoende klassieke Pilates methode vooropleiding elders is gevolgd. Dit wordt getoetst aan de hand van een intake sessie of gesprek.

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; de anatomie zal verder worden behandeld gedurende de vervolgopleidingen/ cursussen/ verdiepingen van fase 2 en 3 en zal deze kennis worden getoetst gedurende de eindexamens. *Deze modules zijn echter GEEN anatomie cursussen.

Vervolg Opleidingen/Cursussen en Coaching

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 word je in staat gesteld/ geadviseerd 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 coaching krijgen, naar gelang je eigen behoefte. Coaching binnen deze opleiding/ cursus/ verdieping betekend simpelweg begeleiding 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 | Toelating vereisten

1. **Vooropleiding Mat** - Fundamentals & Basis | Beginner niveau van de mat - 2 opeenvolgende dagen intensieve cursus (totaal 12 uur) – Voor toelating tot deze module wordt vereist dat je bekend met de fundamentals & de Basis | Beginner oefeningen van de Klassieke Pilates methode. Na een persoonlijk intake gesprek OF sessie met Marjon, wordt gekeken naar je ervaring en besloten of je kunt deelnemen aan deze vooropleiding. **Deze module is vereist, mocht er worden doorgestroomd naar de tweede fase van het aanbod, de 'Vervolg opleiding mat'.**
2. **Vervolgopleiding Mat** – Alle Niveaus van de Mat; Basis, Beginner, Intermediate, Advanced - Vooropleiding Mat is vereist. Voor toelating tot deze module wordt na een persoonlijk intake gesprek gevolgd door een privé sessie met Marjon, gekeken naar je ervaring en besloten of je kunt deelnemen aan deze module. Deze module omvat 5 dagen intensieve cursus verspreid over 3 weken (Totaal 30 uur). 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 is vereist 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 – Vervolgopleiding Mat is vereist. Verder is vereist voorafgaand aan deelname dat de cursist tenminste 10 privé sessies bij OF Marjon OF een andere gecertificeerde klassieke Pilates trainer heeft gevolgd . Deze zijn niet inbegrepen in de totaal prijs. Na een persoonlijke intake sessie met Marjon, wordt gekeken naar je ervaring en besloten of je kunt deelnemen aan deze module. Deze module omvat een 9 dagen intensieve cursus, verspreid over 3 weken (Totaal 54 uur). 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.
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 2024 (Zie volgende pagina voor wat er bij de prijs is inbegrepen)

1. **Vooropleiding Mat** - Prijs € 798, 60 (Incl. BTW)
2. **Vervolgopleiding Mat** –Prijs € 1996,50 (Incl. BTW)
3. **Total System of the Pilates Method** Prijs € 3593,70 (Incl. BTW)
4. **Kleine Groep (v.a. 2p) op maat gemaakte modules** Prijs € 66,55 (Incl. BTW) p.p. per uur.
5. **Privé op maat gemaakte modules** Prijs € 99,83 (Incl. BTW) per uur.
6. **Examen kosten – Vervolgopleiding MAT:** Prijs €165,00 ((Incl. BTW) / **Total System of the Pilates method:** Prijs € 330,00 (Incl. BTW)



Marjon van Grunsven

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 6 maanden vanaf gevolgde cursus – 10% Korting op alle sessies in de praktijk van Marjon gedurende een periode van maximaal 6 maanden | 10% korting op groep matlessen die Marjon geeft gedurende een periode van maximaal 6 maanden.** (In Teteringen en in Den Bosch alsmede daar waar ze workshops geeft) – Wanneer er sprake is van deelname aan een examen ter diplomering (En alleen in die context): Gratis deelname als observant bij eenzelfde opleiding als de module waarin examen wordt afgelegd en waarvan de uren kunnen worden geregistreerd werkende naar de eind toets toe.
- Verkiest de cursist alleen een deelname certificaat, dan kan dat ook in overleg met Marjon en hoeven de uren niet te worden behaald en wordt er geen examen afgelegd. 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