

## Pressemitteilung

### Zweite Pilates Convention in Darmstadt

#### Über 38 Workshops für Pilates-Interessierte, Trainer und Ausbilder

**Darmstadt, 20. September 2008.** – Der Deutsche Pilates Verband (DPV) veranstaltet vom 20. bis 21. September seine zweite Pilates Convention in Darmstadt. Zielgruppe sind alle Pilates Interessierte, Trainer und Ausbilder. Mit 38 Masterclasses und sieben themenspezifischen Workshops gibt das zweitägige Programm den Teilnehmern die einzigartige Möglichkeit, die gesamte Bandbreite des Pilates-Trainings kennenzulernen. Das Angebot reicht von Pilates-Mattenübungen über Studiokurse mit den klassischen Pilates-Trainingsgeräten bis hin zu Gruppentrainings an dem „Pilates-Allegro Reformer“. Gleichzeitig können sich die Teilnehmer über die neuesten Entwicklungen im Pilates-Markt informieren. Neben einer umfangreichen Auswahl an praktischen Bewegungskursen, bietet die Convention erstmals auch theoretische Seminare, wie beispielsweise zu Spiraldynamik, Feldenkrais und Pilatestechnik in der Forschung.

Zum zweiten Mal lädt der Deutsche Pilates Verband dazu ein, Pilates auf höchstem Niveau in Praxis und Theorie zu erleben. Pilates-Interessierte Kurse können sich so einen Überblick über die Vielfalt an Trainingsprogrammen verschaffen. Darüber hinaus besteht Gelegenheit, sich über die Ausbildung zum zertifizierten Pilates-Trainer zu informieren oder sich vor Ort in speziellen Workshops als Pilates-Trainer weiterzuqualifizieren. Eine begleitende Fachmesse rundet die Convention ab. Hier präsentieren u.a. renommierte Unternehmen hochwertige Pilates Trainings- und Studiogeräte.

Weiterführende Informationen zur 2. Convention und das entsprechende Anmeldeformular sind über folgende Website abrufbar: <http://www.pilates-convention.de>

## **Pilates-Training, DPV und Convention**

Die nach der Pilates-Methode durchgeführten Trainingsprogramme basieren auf dem Konzept eines ganzheitlichen Körpertrainings, das Joseph Pilates vor über 80 Jahren entwickelt hat. Hierbei wird die gesamte Muskulatur gestärkt, die Körperhaltung sowie Bewegungskoordination verbessert. Wesentlicher Bestandteil aller Übungen ist das Trainieren der in der Körpermitte, rund um die Wirbelsäule liegenden Haltungsmuskulatur, dem sogenannten „Powerhouse“ (Pilates).

Das Pilates-Training ist ein sanftes Körpertraining mit fließenden Bewegungen, die konzentriert und langsam durchgeführt werden. „Kursteilnehmer, die regelmäßig trainieren, entwickeln über ein neues Körperbewusstsein eine gute Haltung und ein besseres Körpergefühl“, erläutert Verena Geweniger, Präsidentin des DPV und Sportlehrerin, die seit 15 Jahren mit der Pilates-Methode vertraut ist. „Um diese Trainingserfolge zu erreichen, müssen die Übungen allerdings exakt und nach professioneller Anleitung durchgeführt werden.“

Vor diesem Hintergrund setzt sich der DPV für fundierte und umfassende Trainer-Ausbildungen für das Pilates-Boden- und -Geräteprogramm ein. Damit möchte der Verband dazu beitragen, dass das Pilates-Training in Deutschland zunehmend von gut ausgebildeten Trainern durchgeführt wird. So zielt auch die 2. Pilates-Convention darauf ab, ihre Teilnehmer für das hohe Niveau der angebotenen Pilates-Workshops zu begeistern und Kriterien für eine hohe Qualität der Kurse deutlich zu machen.

## **Über den Deutschen Pilates Verband (DPV)**

Auf Initiative von Verena Geweniger, haben im April 2006 sechs Pilates-Institute und die Pilates-Trainerin Christiane Schorpp den deutschen Pilates Verband mit Sitz in Darmstadt gegründet. Ihr Anliegen war und ist es, Pilates-Laien dabei zu unterstützen, fundiert ausgebildete und zertifizierte Trainer zu finden. Allein qualifizierten Trainern ist es – so die Grundauffassung des Verbands – möglich, durch die richtige Auswahl und exakte Anleitung der Übungen, gewünschte Trainingsresultate zu erzielen und Verletzungen bei den Kursteilnehmern zu vermeiden.

Für die Pilatesausbildung gab und gibt es bis heute keine gesetzlichen Vorschriften. Dies bedeutet: Jeder kann sich Pilates-Trainer nennen und jeder kann Pilates-Trainer ausbilden. Es bestehen daher große Qualitätsunterschiede in den Trainer-Ausbildungen, die für Pilates-Laien kaum deutlich werden. Aus diesem Grunde setzt sich der DPV dafür ein, dass das Pilates-Training in Deutschland nur von umfassend ausgebildeten Trainern durchgeführt wird, die sich regelmäßig fortbilden. Er hat sich zum Ziel gesetzt, eine hohe Qualität der Pilates-Ausbildung zu gewährleisten. Hierbei orientiert sich der Verband an den Ausbildungsrichtlinien und Standards des amerikanischen Pilates-Verbandes, der „Pilates Method Alliance“.

Zurzeit sind zwölf Ausbildungsinstitute und ca. 250 zertifizierte Trainer im DPV zusammengeschlossen, die entsprechend der Richtlinien des Verbands ausbilden und unterrichten. Ihre Kontaktdaten sowie weiterführende Informationen zum DPV sind über die Website des Verbands erhältlich: <http://www.pilates-verband.de>.

Für weitere Informationen besuchen Sie auch unsere Website: [www.pilates-forum.de](http://www.pilates-forum.de)

**Pressekontakt:**

Deutscher Pilates Verband (DPV)

Manuela Duft

Tel.: 0 61 51- 4 60 33 81

Fax: 0 61 51- 4 60 33 82

Mobil: +49 (0) 176-62072610

E-Mail: [m.duft@md-communications.de](mailto:m.duft@md-communications.de)