

## **FEEDBACK** von Teilnehmern der Ausbildung zum lizenzierten keep in motion PILATES Trainer für Matwork

*Alex aus München, Facebook:*

Dagmar ist die beste Pilates Ausbilderin, die ich kenne. Sie hat wirklich Ahnung, wie das Powerhouse aktiviert wird... und das kommt bei Ausbildern, man möchte es kaum glauben, nicht so häufig vor!!! Sehr empfehlenswert, wenn jemand überlegt sinnvoll das Geld in eine Pilates-Ausbildung zu investieren! Das ist meine Erfahrung, die ich am eigenen Leib erleben durfte. Vielen Dank!

*Moni aus Innsbruck, E-Mail:*

Das Seminar am vergangenen Wochenende hat mir übrigens wieder ausgezeichnet gefallen. Es ist einfach toll, die ganze Pilates Palette „durch zu turnen“ mit den vielen Möglichkeiten, die dein Konzept bietet. Ich habe - seit ich Pilates mache – selber körperlich und auch mental so viel dazugelernt und profitiert. Es ist auch schön zu sehen, dass man seinen Teilnehmern wirklich Gutes tut und auch das entsprechende Feedback bekommt. So habe ich guten Gewissens deine Ausbildung weiter empfohlen!“

*Andrea aus Vorarlberg, E-Mail:*

„Ich habe die letzten 2 Tage in Bregenz dein Seminar Pilates I besucht. Nachdem ich heute noch den ganzen Tag wegen eines Ganzkörpermuskelkaters an dich denken muss, möchte ich mich dafür bedanken! Seit 12 Jahren mache ich nun Krafttraining, aber diese Muskeln, die ich heute z.B. nur beim Atmen spüre, habe ich wohl noch nie mit trainiert! Und die „enge Jeans“ habe ich noch heute an! Ich freue mich schon auf das nächste Seminar.“

*Emine aus München, Seminarbewertung:*

„Während der Ausbildung herrschte eine total lockere, familiäre und harmonische Stimmung. Ich habe mich jedes Mal auf die Seminare mit Dagmar gefreut. Mir hat besonders gut gefallen, dass das Wissen (sowohl Theorie als auch Praxis) mit einer Logik vermittelt wurde, bei der man sich gedacht hat: ‚Stimmt, warum bin ich eigentlich nicht selber darauf gekommen?‘ Außerdem habe ich es als sehr angenehm empfunden, dass die Seminare über mehrere Monate verteilt waren, da man sich mit dem Gelernten in Ruhe beschäftigen konnte.“

*Karin aus dem Allgäu, E-Mail:*

„Dank deiner Ausbildung konnte ich gestern mit ca. 50 Pilatesfreunden eine "Special Christmas Pilates Class" durchführen - eine sehr schöne entspannende Stunde bei Kerzenschein. Außerdem möchte ich dir noch sagen, dass meiner Meinung nach dein Pilates Konzept das beste ist, das ich bisher kennengelernt habe (ich machte noch 2 weitere Fortbildungen bzgl. Pilates)!!!“

*Miriam aus Berlin, E-Mail:*

„... Übrigens hat mir das Seminar „Pilates Update mit Theraband“ am Wochenende in Berlin sehr gut gefallen. Ich konnte ganz viel "mitnehmen" und die vielen Basics gleich in meinen Gruppen umsetzen. Es waren sehr gute Übungen dabei, die ich v.a. auch bei meinen älteren Teilnehmern bestens anwenden kann. Danke!“

*Britta aus München:*

„Dein Training ist wirklich unglaublich gut. Es tut so gut, nachzuspüren, was sich während des Trainings am Körper alles verändert hat. Ich habe ein vollkommen neues Körpergefühl entdeckt. Wenn ich eine Woche oder sogar länger mit dem Training aussetzen muss, fehlt mir dein Unterricht sehr.“

*Sonja aus München (Quereinsteigerin), E-Mail:*

„Das was ich in Pilates II gelernt und verstanden habe, war schon wie eine neue Welt. Ich glaube, damit konnte ich meine Stunden qualitativ ziemlich verbessern. Plötzlich wissen meine Teilnehmer, was sie machen müssen... Ich freue mich besonders auf die Seminare Pilates Basics und Pilates I, damit ich auch alle Grundlagen zusammen habe.“