

Pilates-perusteinen fysioterapeuttinen kuntoutus 2026, laajuus 4-12 op

- Fysioterapeuttinen harjoitteluterapia ja Pilates

Fysioterapeuteille räätälöity laaja Pilates-koulutus alkaa jälleen Kuntoutuskouluttajien järjestämänä. Kouluttajina alan huippuosaajat Jarmo Ahonen ja Nina Pastel. Ilmoittaudu mukaan! Voit käydä joko vain ns. perusosan (4 tai 8 op) tai kouluttautua tutkintoon asti (12 op), jolloin voit hakea Suomen Pilatesyhdistys ry:n jäsenyyttä.

Pilates on Yhdysvalloissa kehitetty kehonhallintamenetelmä. Tavoitteena on kehonhallinnan parantaminen lihaskuntoa, kehotietoisuutta ja liikkuvuutta kehittämällä. Harjoitukset tehdään keskittyneesti, hengityksen avustamana. Menetelmä vahvistaa syviä ryhtiä ylläpitäviä lihaksia.

Paikka: Kuntoutuskouluttajat, Pasilankatu 14, 00240 Helsinki
Kohderyhmä: Fysioterapeutit, max 20 osallistujaa
Kouluttajat: Jarmo Ahonen, fysioterapeutti, tietokirjailija, kouluttaja ja Pilates-opettaja
Nina Pastel, tanssija, tanssin opettaja, Pilates-ohjaaja, Personal Trainer

Aikataulu:

- Osa 1: 16.-17.3. Biomekaniikan perusteet / Pilateksen ja oppimisen perusteet (LÄHI)
- Osa 2: 27.-28.4. Koko kehon käyttö harjoitteissa / Aloitetaan alhaalta; jalka ja nilkka (HYBRIDI)
- Osa 3: 8.-9.6. Alaraaja: Sääri - polvi - reisi / Keskustan alaosa; lonkka-lantio-lanneranka (LÄHI)
- Osa 4: 17.-18.8. Rintaranka ja rintakehä / Yksi keskustoista (LÄHI)
- Osa 5: 28.-29.9. Hallinnan ja ohjauksen keskusta/Pilateksen pienvälineiden käyttö kuntoutuksessa (HYBRIDI)
- Osa 6: 1.-3.11. Pilateksen pienvälineiden käyttö / Laitepilates -harjoittelua (LÄHI) ja näytetunnit 3.9.

Koulutuksen laajuus:

Vaihtoehtoisesti: 4 / 8 /12 opintopistettä

4 op: 12 pv, 108 h. Pilates-metodin periaatteet, klassinen repertuaari ja pre-Pilates -iikkeet sekä metodin soveltaminen fysioterapeuttiseen prosessiin. Ei ennakko- tai välitehtäviä. Todistus 4 op.

8 op: 12 pv. Sama sisältö kuin edellä, lisäksi työssä harjoittelu yksityisasiakkaiden kanssa + kirjaaminen. Loppukoe ja diplomi. Ei oikeuta hakemaan jäsenyyttä Suomen Pilates- yhdistykseen. Todistus 8 op.

12 op: Edellisten lisäksi kirjallinen loppu työ sekä laajempi loppukoe ja näytetunti. Lisäksi observointi- ja ohjaustunteja raportoituina. Diplomi ja mahdollisuus hakea Suomen Pilates-yhdistyksen jäseneksi. Näytetunnit viimeisenä päivänä 3.11.2026.

Koulutuksen hinta:

Koko koulutuksen hinta 3060 € + alv 25,5 %, Suomen Kuntoutusrytittäjät ry:n jäsenhintana 2820 € + alv 25,5 %. Lisäksi tutkinnon suorittajille (12 op) tutkintomaksu 250 € + alv 25,5 %. Hinta sisältää 12-päiväisen koulutuksen, opiskelumateriaalit sekä lähikoulutuspäivinä lounaat ja kahvit.

Peruutusehdot:

Kuukautta ennen ensimmäistä koulutuspäivää peruutukset veloituksetta, sen jälkeisistä peruutuksista veloitamme 50 % koulutuksen kokonaishinnasta. Esteen sattuessa osallistujan voi vaihtaa maksutta.

Koulutuksen järjestää Suomen Kuntoutuskouluttajat Oy

Ilmoittautuminen: www.kuntoutuskouluttajat.fi/koulutukset

Lisätiedot: www.kuntoutuskouluttajat.fi , Mari Visakko / 0400 737 256, info@kuntoutuskouluttajat.fi