COSMOS
PILATES ACADEMY

Eğitim kataloğu

Uluslararası sertifikalı Pilates eğitmeni olun

Mat, Reformer, Trapeze, Chair ve Ladder Barrel modülleri, 3 aylık staj ve mentorluk. Antalya.



Akademi hakkında

Cosmos Pilates Academy, Pilates eğitiminin Türkiye'de ve dünyada en profesyonel şekilde öğretilmesini hedefleyen, uluslararası perspektife sahip bir akademidir. Amacımız güçlü, güvenli ve bilimsel temelli eğitmenler yetiştirmektir.

Cosmos Pilates, Türkiye'nin en hızlı büyüyen Pilates ekipman üreticilerinden biridir. 20'den fazla ülkeye ihracat yapan markamız, tüm eğitimlerde kendi üretimi profesyonel ekipmanları kullanır.

Bu sayede öğrencilerimiz hem eğitim sırasında hem de ileride çalışacakları stüdyolarda yüksek kaliteye alışırlar.

Neden Cosmos Pilates Academy?

Uluslararası geçerli sertifika
Eğitim programlarımız, global Pilates standartlarına uygun şekilde hazırlanmıştır.

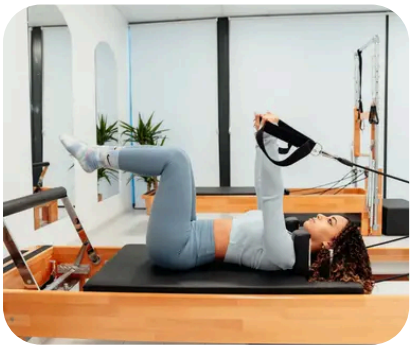
Türkçe ve İngilizce eğitim seçenekleri
Hem yerli hem de yabancı öğrenciler için çift dilli eğitim imkânı.

Üretici destekli akademi
Tüm dersler Cosmos Professional Pilates ekipmanlarıyla yapılır.

Uygulamalı eğitim + 3 aylık staj
Gerçek stüdyo ortamında deneyim kazanırsınız.

Kariyer yönlendirme
Eğitim sonrası iş bulma ve stüdyo açma sürecinizde mentorluk.

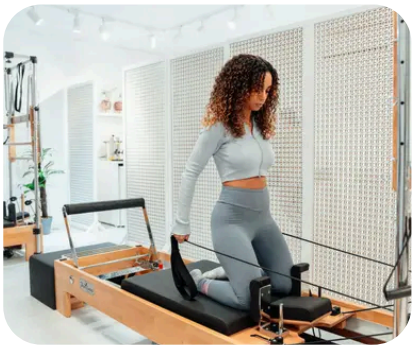
Eğitim modelimiz



Bilimsel yaklaşım
Anatomi, hareket bilimi ve postür analizi temelli dersler.



Uygulamalı repertuar eğitimi
Mat, Reformer, Trapeze, Chair ve Barrel üzerinde kapsamlı uygulama.



Mentorluk ve staj
Öğrencilerimiz mezuniyet sonrası üç aylık staj ve birebir mentorluk sürecine dahil olur.

Eğitim programları

Modül	Seviye	Süre	Saat	Ön koşul
Mat 1 + Reformer 1 Temel seviye eğitmenlik eğitimi. Hareket analizi, nefes teknikleri ve ekipman kullanımının başlangıç seviyesi.	Temel	4 gün	32	Yok
Mat 2 + Reformer 2 Birinci seviyenin devamı. Derin kas aktivasyonu, duruş analizi ve ileri seviye repertuar.	Orta	4 gün	32	Mat 1 + Reformer 1
Trapeze 1 – 2 – 3 Trapeze Table üzerinde güvenli kullanım, ileri seviye varyasyonlar ve çok yönlü hareket analizi.	İleri	3 gün	24	Mat 2 + Reformer 2
Mat 3 + Reformer 3 Uzmanlık seviyesi. Eğitmenlik kariyerinde ileri düzey repertuar ve ders yönetimi.	Uzmanlık	4 gün	32	Trapeze 1 – 2 – 3
Chair + Ladder Barrel Chair ve Barrel üzerinde temel ve ileri seviye hareket repertuarı, düzeltme teknikleri ve özel ders planlama.	Tamamlayıcı	3 gün	24	Mat 3 + Reformer 3

Süre ve ders saatleri örnektir; dönem takvimine göre kesinleşir.

Eğitmenlik kariyer yolu

Mat 1 › Reformer 1 › Mat 2 › Reformer 2 › Trapeze 1–2–3 › Mat 3 › Reformer 3 › Chair + Ladder Barrel › 3 aylık staj › Final değerlendirme › Sertifikasyon

Kimler için?

Pilates eğitmeni olmak isteyenler veya bilgisini ileri seviyeye taşımak isteyen sporcular, fizyoterapistler ve stüdyo çalışanları için uygundur.

Sınav ve sertifikasyon

Modül sonunda hem uygulamalı hem teorik değerlendirme yapılır. Başarılı olan katılımcılar sertifika almaya hak kazanır.

Eğitimde neler öğreneceksiniz?

- Hareket repertuarı
- Postür ve nefes analizi
- Ekipman güvenliği ve kullanım teknikleri
- Grup ve özel ders planlama
- Düzeltme yöntemleri
- Eğitmen duruşu ve iletişim becerileri

Staj ve mentorluk

Eğitimlerin ardından öğrenciler 3 ay boyunca staj programına katılır.

20 saat
Ders izleme

10 saat
Asist eğitim

10 saat
Yönetimli ders verme

Eğitmen eşliğinde geri bildirim, Final proje sunumu.

Eğitmen

Menekşe Göktaş Sözügüzel

12 yıllık eğitmenlik deneyimiyle Türkiye'de ve yurt dışında birçok eğitmen yetiştirmiştir. Uzmanlık alanları arasında Reformer, Mat, Trapeze, Chair ve Ladder Barrel bulunmaktadır.

Başvuru ve bilgi

Telefon / WhatsApp: 0506 865 18 00
Adres: Yenigöl, Muratpaşa/Antalya, Türkiye