

PILATES VERBAND AUSTRIA EVENT VIENNA



Programm

Samstag 15. November 2025

Zeit	Flaming Red 1	Flaming Red 2	Velvet Blue 1	Blazing White OG
09:00 – 09:45	BROOKE SILER Morning mat class			
10:00 – 12:00	ARGE Pilates WEST Dynamic Reformer Fusion Workout in 2 Gruppen (nur mit Vorkenntnissen möglich) Mag. Anna Maria Müller	BROOKE SILER TENSATONER™ Apparatus Workshop	APPI PILATES Anatomie für Pilates Trainer Vortrag Andrea Beissel, MManipTh	BALANCED BODY VIENNA Balanced Body Movemnet Principles- Mat Workshop Mag. a. Radka Westernkamp Assistenz Katarzyna Pachuc
13:00 – 15:00	POLESTAR PILATES Arms in the air! Workshop Andreas Wellhöfer	THE PILATES STANDARD Reformer Variationen Workshop Sandra Käfer	KANE SCHOOL Joint Stability on the mat – Gelenk Stabiliät auf der Matte Workshop Kim Kanwischer	BASI PILATES Pilates Sensitiv Mat Workshop Monika Moudjendé
15:30 – 17:30	KANE SCHOOL Decompress the spine and life – Entlastung der Wirbelsäule Kim Kanwischer	BROOKE SILER Pandiculation Pilates Reformer Workshop	16 Uhr Info Online Systeme GRATIS FYNDRY Raphael Bauer Vortrag 30 min + 15min Q&A	ARGE Pilates WEST Zwerchfell Stretching Workshop Mag. Anna Maria Müller

PILATES VERBAND AUSTRIA EVENT VIENNA



Programm

Sonntag 16. November 2025

Zeit	Flaming Red 1	Flaming Red 2	Velvet Blue 1	Blazing White OG
09:00 – 09:45	BROOKE SILER Morning mat class			
10:00 – 12:00	POLESTAR PILATES Pilates + Wissenschaft + Wirbelsäule Workshop Andreas Wellhöfer	BROOKE SILER TENSATONER™ Apparatus Workshop	BASI PILATES FLOW – THE MAGIC INGREDIENT Original- Workshop von Real Isacowitz Sara Canini	APPI PILATES Osteoporose & Pilates Workshop Andrea Beissel, MManipTh
13:00 – 15:00	BALANCED BODY Reformer long/short Box Series für mehr Flexion, Extension und Rotation Mag. a. Radka Westerkamp	THE PILATES STANDARD Ped O Pull und Kleingeräte, Breath-A-Cizer; Foot Corrector, Toe Corrector, Bean-Bag, Push Up Handles Sandra Käfer	SISSEL SPINEFITTER & Octacore Präsentation 30 min + 15 Min Q&A GRATIS SPINEFITTER Matwork Class Laura Irbinger	POLESTAR PILATES Neuroplasticity – Neuroathletik Training ABC Workshop Andreas Wellhöfer
15:30 – 17:30	BASI PILATES Wirbelsäulenextension entdecken und maximieren- Originalworkshop von Natascha Eyber Sara Canini	BROOKE SILER Pandiculation Pilates Reformer Workshop	THE PILATES STANDARD Mini Magic Circle und Mattenübungen Workshop Dora Klaus	PILATES VERBAND AUSTRIA Get the most out of your mat – Workshop Alexandra Frankl