



EVERYBODY
PILATES



TEACHER TRAINING INFORMATIEPAKKET

Vind de perfecte Klassieke Pilates
opleiding voor jouw Pilates-avontuur



INHOUD:

SECTIE 1:

Welkom bij Everybody Pilates

Wat maakt Everybody Pilates anders?

SECTIE 2:

Jouw Teacher Training Traject

Fundamentals Certificatie

Classical Mat Pilates Certificatie

Comprehensive Certificatie

Bridge Programma

Virtual in Person Programma

SECTIE 3:

Ontmoet ons team

Contact opnemen

WELKOM

BIJ EVERYBODY PILATES TEACHER TRAINING

Bij Everybody Pilates begeleiden we je bij elke stap van jouw Klassieke Pilates instructeursopleiding. Of je nu net begint of je vaardigheden als instructeur verder wilt ontwikkelen – wij bieden een ondersteunende en complete leeromgeving om jou te helpen je doelen te bereiken.

Onze opleidingen zijn gebaseerd op de Klassieke Pilates methode van Joseph Pilates, overgedragen aan onze oprichter Amy Kellow (2de generatie). Ze is opgeleid door ‘Pilates Elder’ Jay Grimes en heeft haar verdere kennis verdiept onder begeleiding van onder andere, wereldwijd gerenommeerde trainer, Mejo Wiggins. Hierdoor ben je verzekerd van een authentieke, Klassieke Pilates-opleiding.

Ons groeiende team bestaat uit ervaren trainers. Derde generatie teacher trainers Kerry en Anna hebben beide meer dan 15 jaar ervaring en zijn gebaseerd in het VK. Aafke, onze derde generatie teacher trainer in Nederland heeft meer dan 12 jaar ervaring.

Met opleidingen in zowel de EU als het VK zijn we toegewijd aan het bouwen van een sterk internationaal team, waar iedere teacher trainer haar unieke inzichten en expertise brengt om onze trainingsprogramma's continue te versterken. Samen zetten we ons in voor het creëren van een inspirerende en dynamische leeromgeving voor toekomstige Pilates-instructeurs over de hele wereld.

WAAROM EVERYBODY PILATES?

IEEN OPEN EN BETROKKEN COMMUNITY

Een sfeer waarin je je welkom en gesteund voelt

DESKUNDIGE BEGELEIDING

Leer van instructeurs met directe connectie tot de oorspronkelijke Klassieke Pilates methode

ALLROUND ONDERSTEUNING EN BEGELEIDING

Toegang tot alle studio's tijdens je opleiding, geen verborgen kosten, en blijvende, voortdurende ondersteuning en mentorschap

EXCLUSIEVE KORTINGEN

30% korting op alle groepslessen bij Everybody Pilates tijdens je opleiding

CARRIÈREMOGELIJKHEDEN:

Lesgeefmogelijkheden, studio franchise opties en partnerschappen na certificering

HOGE STANDAARD:

Wij streven naar de ontwikkeling van zelfverzekerde, vaardige en succesvolle Klassieke Pilates instructeurs.





JOUW

TEACHER TRAINING TRAJECT

Ons Everybody Pilates Teacher Training systeem begeleid je vanaf de basis naar meesterschap, met heldere stappen voor een soepele voortgang in je opleiding. Dit is wat je in elk stadium kunt verwachten:



FUNDAMENTALS

CERTIFICAAT

De perfecte introductie tot Klassiek Pilates, deze tweedaagse cursus is ontworpen om de basisvaardigheden in Pilates aan te leren en je het vertrouwen te geven dat nodig is om te beginnen met lesgeven van mat-, reformer- en tower-lessen op beginnersniveau.

Overzicht:

- Begrijp de kernconnecties in het lichaam volgens de Klassieke Pilates-methode.
- Leer oefeningen op beginnersniveau voor de mat, reformer en tower.
- Ontwikkel didactische vaardigheden en hands-on technieken.

Duur: 2 contactdagen, 55 uur persoonlijke oefening, oefenen van lesgeven en observatie, plus 1 assessment.

Voor wie?

Pilatesliefhebbers die nieuwsgierig zijn naar lesgeven of willen starten met een Klassieke Pilates opleiding tot docent.

Dit leer je ook:

- Leer modificaties en correcte aanpassingen van oefeningen voor wie dit nodig heeft.
- Bouw vertrouwen op in het lesgeven van de basisoefeningen.

Toelatingseisen: Geen formele kwalificaties vereist; basiservaring met Pilates wordt aanbevolen.

Kosten: €550

Vervolgstappen: De module Fundamentals is het eerste onderdeel van het Comprehensive Training Programma, maar kan ook als op zichzelf staande cursus worden gevolgd.



[BOEK NU JE PLEK!](#)

MAT OPLEIDING

LEER BEGINNER TOT ADVANCED

Deze opleiding stelt je in staat om het volledige klassieke Pilates-matrepertoire les te geven, van beginner tot gevorderd niveau. Ideaal voor wie les wil geven in diverse omgevingen, zoals sportscholen en eigen ruimtes.

Praktische training

- **Duur:** 6 dagen fysieke training verspreid over 3 weekenden (Beginner, Intermediate, Advanced), verdeeld over een periode van 6 maanden.
- 115 uur aan persoonlijke oefening, oefenen van lesgeven en observatie.

Voor wie? Iedereen met een interesse voor Pilates die op zoek is naar een mat-kwalificatie, wellicht zonder beschikking tot een studio met apparatuur.

Dit leer je ook:

- Behaal een complete kwalificatie om op alle niveaus klassieke Pilates matoefeningen te onderwijzen.
- Ontwikkel zelfvertrouwen in het lesgeven van alle matoefeningen binnen het klassieke Pilates-systeem.
- Leer hoe je lessen opbouwt, met groepen werkt, oefeningen kunt aanpassen en modificeren waar dit nodig is voor je klanten.

Toelatingseisen: Er zijn geen voorafgaande kwalificaties vereist.

Kosten: €2.300

Vervolgstappen:

Afgestudeerden met een Everybody Pilates Matwork-diploma kunnen deelnemen aan het Bridge Programme for Comprehensive Certification voor een gereduceerde prijs van €3.000 (normaal €5.250).



BOEK NU JE PLEK!

COMPREHENSIVE CERTIFICAAT

Een complete reis door het klassieke Pilates-systeem, deze certificering stelt je in staat om het volledige klassieke Pilates repertoire te onderwijzen op alle apparaten, inclusief mat, reformer, tower, cadillac, chairs en barrels.

Modules & Onderdelen:

- Module 1: Fundamentals, Chairs, Barrels, Beginner System 2 (€2.000)
- Module 2: Intermediate System 1 & 2 (€2.000)
- Module 3: Advanced System 1 & 2 (€2.000)

Praktische training:

- **Duur:** 18-24 maanden
- 13 contactdagen + 500 uur, waaronder persoonlijke oefening, oefenen van lesgeven en observatie
- Eindbeoordeling voor certificering aan het einde van het traject
- Moet binnen 2 jaar voltooid zijn

Voor wie? Pilatesbeoefenaars en studenten die les willen geven met het gehele pilates system en kennis willen hebben van alle apparatuur, en mat-gecertificeerden die hun kennis willen verdiepen.

Dit leer je ook:

- Leer het volledige klassieke Pilates-systeem, van beginner tot gevorderd niveau
- Ontvang praktische training en ontwikkel essentiële lesvaardigheden

Toelatingseisen: Pilateservaring op intermediate niveau wordt aanbevolen.

Vervolgstappen: Behoud je certificering door jaarlijks minstens 1 workshop te volgen of je in te schrijven voor het Masterprogramma.

BOEK NU JE PLEK!



BRIDGE PROGRAMMA

Het Bridge Programma is speciaal ontwikkeld voor degenen die al een volledige Pilates-certificering bij een andere (niet-klassieke) aanbieder hebben afgerond en willen overstappen naar, of meer willen leren over het klassieke systeem. Dit programma biedt een soepele overgang van een niet-klassieke Pilates-achtergrond naar het begrijpen en lesgeven in het klassieke Pilates-systeem, zonder opnieuw vanaf nul te hoeven beginnen. Deelnemers verdiepen hun kennis, lesgeefvaardigheden en zelfvertrouwen binnen het klassieke repertoire.

Voor wie?

Dit programma is ideaal voor Pilates-instructeurs die:

- Willen overstappen naar het geven Klassiek Pilates op zowel mat als apparatuur, waaronder de reformer, cadillac, tower, chairs en barrels.
- Tijd en kosten willen besparen door via een brugtraject in te stromen in de Comprehensive, in plaats van helemaal opnieuw te beginnen.



Voordelen:

- Korting op de Comprehensive Certification: slechts €3.000
- Alle onderdelen van de volledige certificering worden behandeld in een verkort traject van 300 uur (in plaats van 500 uur).
- Grondige kennisopbouw van het Klassieke Pilates-systeem op alle apparaten.

Duur: 12-14 maanden, inclusief 12 contactdagen en 300 uur persoonlijke oefening, lesgeef oefening en observatie.
Eindbeoordeling aan het einde voor certificering.

BRIDGE

VERVOLGD...

Toelatingseisen:

- Afgeronde mat-, reformer- of toweropleiding óf volledige Pilates-certificering
- Minimaal 2 jaar ervaring in het lesgeven van Pilates
- OF
- Studio-eigenaren die hun werkwijze willen omzetten naar Klassieke Pilates

Kosten: Bridge-deelnemers ontvangen de volledige certificering voor €3.000.

Vervolgstappen:

Afgestudeerden dienen hun certificering jaarlijks te behouden door 1 Everybody Pilates-workshop te volgen en worden aangemoedigd om door te stromen naar het Master Mentor Programme om hun lesvaardigheden verder te verfijnen en verdiepen.

[NEEM CONTACT OP!](#)



VIRTUALLY IN-PERSON

CERTIFICAAT

Dit programma is ontworpen voor studio-eigenaren die training willen aanbieden in hun eigen ruimte. Werk samen met Amy en het team om opleidingen te hosten voor je personeel en externe studenten, terwijl de kwaliteit van de Klassieke Pilates-methode behouden blijft.

Beschikbare online opleidingen:

- Fundamentals Certificering
- Mat Certificering
- Comprehensive Certificering

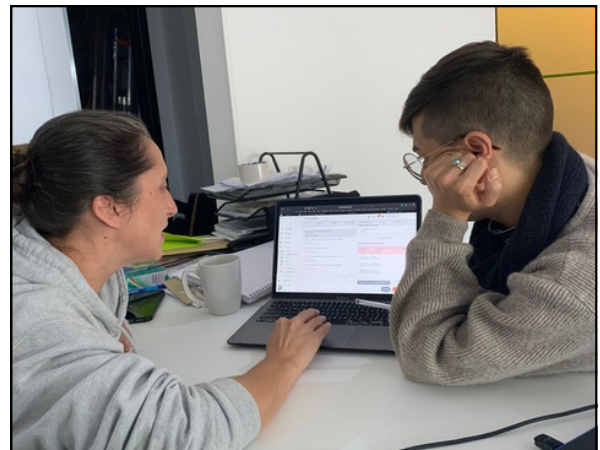
Voor wie? Pilatesstudio-eigenaren die hun bedrijf willen laten groeien en instructeurs en externe studenten intern willen opleiden.

Voordelen:

- Organiseer en bied opleidingen aan zonder je dagelijkse bedrijfsvoering te onderbreken
- Maak teacher training gemakkelijk toegankelijk voor je team en externe studenten
- Ontvang financiële beloningen en kortingen op opleidingen

Kosten: Studio-eigenaren verdienen 20% commissie op opleidingen.

WERK MET ONS SAMEN!



VERVOLGOPLEIDING

EDUCATION

Bij Everybody Pilates eindigt je reis niet na het behalen van je certificaat. Wij zetten ons in om jouw groei als instructeur te ondersteunen en je te helpen je certificering te behouden, terwijl je voorop blijft lopen binnen de Klassieke Pilates-methode.

Wij bieden vervolgopleidingen en workshops aan die zijn ontworpen om:

- Je Klassieke Pilates-certificering actief te houden.
- Je didactische vaardigheden te verbeteren.
- Je relevantie te behouden binnen de voortdurend ontwikkelende Pilates-community.

Huidige mogelijkheden:

- Chairs & Barrels Workshop
- Jaarlijkse Get Together – 2 dagen vol lessen, workshops en community.
- Gastdocent-weekenden – een mooie kans om te leren van gerenommeerde docenten en in contact te komen met de Pilates-community.
- Master's Weekend – exclusief voor wie het Master Mentor Programme heeft voltooid, met geavanceerde training en inspiratie.

Vanaf 2026 introduceren we extra gespecialiseerde workshops, geaccrediteerd op Level 4 door Active IQ:

- Pilates voor en na de zwangerschap
- Zwangerschap
- Speciale doelgroepen
- Het gebruik van props voor connected movement

Deze workshops staan open voor alle gecertificeerde instructeurs en bieden diverse manieren om je opleiding voort te zetten en je praktijk naar een hoger niveau te tillen.

Sluit je aan bij een levendige, deskundige Pilates-community die gedreven wordt door levenslang leren en onderwijskwaliteit.

MEET OUR TEAM

03



Amy Kellow

- Founder of Everybody Pilates
- Second-generation Classical Pilates teacher, trained under Jay Grimes and Mejo Wiggins.
- Director/ Lead Trainer



Aafke Meelen

- Third generation teacher trainer trained under Amy Kellow
- Senior Instructor
- Based in Maastricht, Netherlands and runs our mainland Europe training courses in Dutch & English



Catherine Blethyn

- Third generation teacher trainer trained under Amy Kellow
- Based in Maastricht, Netherlands and assists Aafke in running our mainland Europe training courses.



Mignon Op den Camp

- Third generation teacher trainer trained under Amy Kellow
- Ex professional dancer who practised Classical Pilates since age 14
- Based in Maastricht, Netherlands and assists Aafke in running our mainland Europe training courses

GET IN TOUCH



KLAAR OM JOUW PILATES AVONTUUR TE STARTEN MET
EVERYBODY PILATES?

NEEM VANDAAG NOG CONTACT MET ONS OP!



aafke@everybodypilates.nl



www.everybodypilates.nl



+31 6 15633075



@everybodypilateseducation



ClassicalPilatesTeacherTraining

Ontgrendel je mogelijkheden en investeer vandaag
nog in je Pilates-carrière via de **Everybody Pilates**
Maastricht App!

Download deze via Apple en Google Play.

Bedankt dat je voor Everybody Pilates kiest.
We kijken er naar uit je te helpen met het bereiken van je doelen!