

# INTENSIVE PILATES APPARATUS INSTRUCTOR TRAINING

## PROGRAM STRUCTURE

60 Hours | 6 Intensive days

Format: In-Person training

Daily Schedule: 9:00–19:00

40 Hours | within 30 days

Format: Self- study & practice

*This immersive format ensures not only skill acquisition — but nervous system integration and professional embodiment.*

## ASSESSMENT & CERTIFICATION CRITERIA

Certification is granted upon successful completion of:

- 100% attendance
- Practical teaching examination [minimum 75% pass]
- Written theoretical examination
- Two supervised case studies
- 20 post-training logged teaching hours
- Professional ethics agreement

Graduates receive:

**Pilates Apparatus Instructor Certification**

## CONTACT

+66 98 651 9161

[pilatesprop@gmail.com](mailto:pilatesprop@gmail.com)

599/10 Supalai Park Asoke-Ratchada,  
Din-Daeng, Bangkok 10400

*Shaping your confident, encouraging, thoughtful professionals.*

Our 60-Hour Pilates Apparatus Certification combines classical structure, modern biomechanics, and Asian somatic awareness to develop teachers who understand the body, not just the exercises. We prioritize perception over performance. Graduates are prepared to teach in various environments with clarity and confidence, thanks to structured hours, practical assessments, supervised practice, and clear ethical standards.

## CURRICULUM OVERVIEW

Day 1 — Foundations of Intelligent Movement

Principles, breath mechanics, spinal mapping, somatic awareness, professional ethics.

Day 2 — Postural Analysis & Reformer Foundations

Biomechanics, structural assessment, beginner–intermediate reformer sequencing, safety protocols.

Day 3 — Advanced Reformer & Programming Logic

Progression science, complex sequencing, client modification strategies, structured session design.

Day 4 — Cadillac · Chair · Barrel Integration

Multi-apparatus competency, inversion safety, spring logic, athletic and rehabilitative applications.

Day 5 — Teaching Practicum & Evaluation

Live teaching recitals, programming assessment, peer-reviewed feedback, scoring rubric.

Day 6 — Coaching Mastery & Professional Integration

Leadership skills, cross-cultural teaching awareness, certification examination, post-training pathway.

# PILATES EQUIPMENT TRAINING

## FAQ

Q: หลักสูตรอบรมของเรามีที่แบบ แตกต่างกันอย่างใ้?

A: ปัจจุบันเรามี 2 หลักสูตรหลัก เพื่อตอบโจทย์เป้าหมาย การเรียนที่ต่างกันค่ะ

1. หลักสูตรอบรมครู [Full Course - เรียนครบทุก อุปกรณ์]

- ราคา: 98,888 บาท [Early Bird 88,888 บาท จ่าย เพิ่มจำนวน ล่วงหน้าอย่างน้อย 30 วัน ก่อนวันที่เริ่มเรียนวัน แรก]

- เนื้อหา: ครอบคลุมทุกอุปกรณ์ ได้แก่ Reformer, Cadillac, Chair และ Barrel

- รูปแบบการเรียน: เรียนตามตารางที่โรงเรียนกำหนด รวม 6 วัน [เวลา 09.00 - 19.00 น.]

- ใบประกาศ: Pilates Apparatus Instructor Training

- เหมาะสำหรับ: ผู้ที่ต้องการเป็นครูพิลาทิสมืออาชีพ

2. หลักสูตรการใช้อุปกรณ์ [Equipment Training]

- ราคา: Reformer: 58,888 บาท [30 hrs]

- Cadillac: 24,888 บาท [15 hrs]

- Chair: 24,888 บาท [15 hrs]

- Barrel: 18,888 บาท [10 hrs]

- เนื้อหา: เน้นทักษะการใช้และฝึกบนอุปกรณ์แต่ละชนิดโดย เฉพาะ

- รูปแบบการเรียน: Private Session [เลือกวันและเวลา เรียนที่สะดวกตัวเอง]

- ใบประกาศ: Equipment Training [ตามอุปกรณ์ที่ เรียน]

- เหมาะสำหรับ: ผู้ที่ต้องการฝึกการใช้อุปกรณ์ หรือต้องการ ความยืดหยุ่นเรื่องเวลาเรียน

Q: ถ้าไม่มีพื้นฐานเลย ควรเรียนแบบไหนดี?

A: หากตั้งใจจะทำอาชีพครู Pilates ในระยะยาว แนะนำ Full Course [98,888.-] เพราะจะได้เทคนิคการสอนบนทุก อุปกรณ์ [Reformer, Cadillac, Chair, Barrel] แต่หาก เน้นความสะดวกเรื่องเวลาและต้องการเจาะลึกเฉพาะอุปกรณ์ เช่น Reformer แนะนำเป็น Equipment Training

Q : ถ้าเรียน Equipment Training แล้ว อนาคตอยาก เรียนเป็นครู [ได้ใบรับรองการเป็นครูพิลาทิส] ต้องทำ อย่างไร?

A : ต้องเรียนคอร์สเสริมเพิ่มเพื่อเป็นครูอีก 2 วัน ราคา 18,888 บาท

## CONTACT

+66 98 651 9161

pilatesprop@gmail.com

599/10 Supalai Park Asoke-Ratchada, Din-Daeng, Bangkok 10400

## COURSE OVERVIEW

The equipment training program emphasizes the development of practical skills in equipment usage techniques, structural clarity, and systematic exercise sequences. This hands-on course is entirely practical; it does not involve theoretical components, examinations, or the accumulation of training hours.

This program is ideal for beginners, studio owners, investors, and movement specialists seeking to enhance their technical knowledge and confidence in utilizing equipment.

Training facilities are equipped with Peak Pilates machines, a renowned U.S.-based brand recognized for its structural precision and classic, elegant design standards.

Participants will receive a certificate in “Equipment Training” upon completion of their selected course and hours [please note that this is not an instructor certification course].

Course details include:

- Reformer: 30 hours — ฿58,888
- Cadillac: 15 hours — ฿24,888
- Chair: 15 hours — ฿24,888
- Barrel: 12 hours — ฿18,888

## SCHEDULE & FEE

Appointment availability:

**Mon-Sat | 9:00–19:00**

**Minimum 3 hours per session**

Flexible scheduling is available and off-site training is feasible if equipment is available. Additional traveling fee is applied.