

Antara® Kursdaten International 2022/2023

Kursbezeichnung	Datum	Anzahl Tage	Ort	Einzelpreis CHF
Antara® Events				
Antara® Convention	22.01.2022	1	Zürich	siehe Homepage
Antara® Days mit Karin Albrecht	13.-16.06.2022	4	Lenzerheide	siehe Homepage

Ausbildungen, Seminare und Weiterbildungen Schweiz

dipl. Antara® Instructor

Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	26./27.02.2022	2	Zürich	510.00
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	12./13.03.2022	2	Zürich	510.00
Modul D - Praxistage inkl. Prüfungstag	13.-15.05.2022	4	Zürich	1020.00
Modul D - Prüfungsdatum	03.07.2022		Zürich	
Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	26./27.05.2022	2	Zürich	510.00
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	28./29.05.2022	2	Zürich	510.00
Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	10./11.09.2022	2	Zürich	510.00
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	01./02.10.2022	2	Zürich	510.00

Antara® Rücken Trainer 1

Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	26./27.02.2022	2	Zürich	510.00
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	12./13.03.2022	2	Zürich	510.00
Modul C - Praxis Tage Group oder Trainingsfläche	25./26.06.2022	2	Zürich	510.00
Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	26./27.05.2022	2	Zürich	510.00
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	28./29.05.2022	2	Zürich	510.00
Modul C - Praxis Tage Group oder Trainingsfläche	25./26.06.2022	2	Zürich	510.00
Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	10./11.09.2022	2	Zürich	510.00
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	01./02.10.2022	2	Zürich	510.00
Modul C - Praxis Tage Fitness/Trainingsfläche	15./16.10.2022	2	Zürich	510.00
Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	10./11.09.2022	2	Zürich	510.00
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	01./02.10.2022	2	Zürich	510.00
Modul C - Praxis Tage Group / Kurse	29./30.10.2022	2	Zürich	510.00

dipl. Antara® Rücken Trainer

Modul G - Prüfungsdatum	15.01.2022	2	Zürich	
Modul E - Becken – Hüftgelenk – ISG	08./09.10.2022	2	Zürich	510.00
Modul F - Schultergelenk – HWS	19./20.11.2022	2	Zürich	510.00
Modul G - Praxis Tag Group / Fitness inkl. Prüfungstag	03.12.2022	2	Zürich	420.00
Modul G - Prüfungsdatum	14.01.2023			

dipl. Antara® Beckenboden-Trainer

Prüfungsdatum	15.01.2022		Zürich	
Antara® Beckenboden	24./25.09.2022	2	Zürich	510.00
Antara® vor und nach der Geburt	12./13.11.2022	2.5	Zürich	675.00
Prüfungsdatum	14.01.2023			

zert. Antara® -Hebammen

Weiterbildung	08./09.07.2022	4	Zürich	1020.00
	02./03.09.2022			
Weiterbildung	21./22.10.2022	4	Zürich	1020.00
	02./03.12.2022			



Antara® Achtsamkeits-Trainer

Antara® Personal Trainer

Antara® Personaltraining	wieder in 2022	3	Zürich	980.00
--------------------------	----------------	---	--------	--------

Stretching Instructor

Stretching Instructor	11.-13.02.2022	3	Zürich	765.00
-----------------------	----------------	---	--------	--------

Antara® med. Masseur (Anmeldung über VDMS)

Antara® Teil 3	wieder 2022	1	Aarau	VDMS
Schulter-HWS	wieder 2022	1	Aarau	VDMS
Trance Words	wieder 2022	1	Aarau	VDMS
Antara® Teil 1	04./05.03.2022	2	Aarau	VDMS
Antara® Teil 2	06./07.04.2022	2	Aarau	VDMS

Weiterbildung Antara® / Workshops

Antara® rund um den Ball	16.01.2022	1	Zürich	190.00
Antara® Antara Flow	30.04.2022	1	Zürich	190.00
Antara® mit der Rolle	12.06.2022	1	Zürich	190.00
Antara® Weights	11.09.2022	1	Zürich	190.00
Praxistag mit Karin	14.10.2022	1	Zürich	190.00
Antara® Trance Words, der geführte Weg in die Entspannung	23.10.2022	1	Zürich	190.00
Rectusdiastase und Bauchtraining (für Group- und Fitnesstrainer)	19.11.2022	1	Zürich	190.00

Teilnehmer, welche **nicht in der Schweiz wohnen**, erhalten bei **Buchungen in der Schweiz 10% Rabatt**. Ausgenommen davon sind Events

Social Media

Visit us on www.facebook.com/stareducation oder treten Sie der Antara® Gruppe auf Facebook bei.
Visit us on Instagram [star-education_schweiz](https://www.instagram.com/star-education_schweiz)

starOnline

be connected – everywhere! Neue Vorträge über Stretching und Beweglichkeit, Körperhaltung, Stabilisation und Übungsanalysen mit **Karin Albrecht** zum Downloaden. Spezieller Antara® Memberbereich für Antara® Trainer.

Informationen

Alle Informationen zu den einzelnen Modulen, über Voraussetzungen, Kompetenzen, Lernziele, Inhalte, Termine und Kosten sind auch unter www.antara-training.ch oder www.star-education.ch ersichtlich.

Beratung

Schweiz: Gerne beraten wir Sie persönlich unter +41 44 383 55 77 oder empfangen Sie in der star zu einem persönlichen Gespräch.

Deutschland: Wenden Sie sich bitte für die Ausbildungen;

In Mannheim an Annette Gloss // Email: annette@antara-training.de

In Kiel an Simone Hennings // Email: simone@antara-training.de

In Stuttgart und Bartholomä via Homepage www.events.dtb-gymnet.de

In Bad Pyrmont //Email: dirk.rosenbrock@fortbildung-pyrmont.de

Österreich

in Salzburg an Michael Schweigerer via Homepage <http://askoe-salzburg.at>, oder schweigerer@askoe-salzburg.at



Ausbildungen, Seminare und Weiterbildungen DE-Nord,DE-Mitte und Bad Pyrmont

Ausbildung zum dipl. Antara® Instructor

Modul D - Praxistage inkl. Prüfungstag	in Planung	3	Mannheim	annette@antara-training.de
Modul D - Prüfungsdatum		1	Mannheim	
Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	29./30.10.2022	2	Kiel	simone@antara-training.de
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	26./27.11.2022	2	Kiel	
Modul D - Praxistage inkl. Prüfungstag	06.-08.01.2023	3	Kiel	

Ausbildung zum Antara® Rücken Trainer 1

Ausbildung zum dipl. Antara® Rücken Trainer

Modul E - Becken – Hüftgelenk – ISG	08./09.01.2022	2	Mannheim	annette@antara-training.de
Modul F - Schultergelenk – HWS	12./13.02.2022	2	Mannheim	
Modul G - Praxis inkl. Prüfungstag	26.03.2022	1	Mannheim	
Modul G - Prüfungstag	23.04.2022	1	Mannheim	

Weiterbildung / Workshops

Rectus Diastase zu Bauchmuskeltraining	27./28.08.2022	2	Kiel	simone@antara-training.de
Stretching Instructor	24.-26.03.2023	3	Kiel	simone@antara-training.de

Antara®-Special

Fortbildungsinstitut in der m&I Fachklinik Bad Pyrmont

Ausbildung zum Antara® Rücken Trainer 1

Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	26./27.02.2022	2	Bad Pyrmont	www.fortbildung-pyrmont.de
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	21./22.05.2022	2	Bad Pyrmont	
Modul A - Körperhaltung, Fehlhaltung, -Korrektur	17./18.09.2022	2	Bad Pyrmont	dirk.rosenbrock@fortbildung-pyrmont.de
Modul B - Core Funktion, Dysfunktion, Core-Reprint	08./09.10.2022	2	Bad Pyrmont	
Modul C - Praxis Tage Group oder Trainingsfläche	26./27.11.2022	2	Bad Pyrmont	

Ausbildungen, Seminare und Weiterbildungen Österreich

ASKö Salzburg, Unterrichtszeit:
Freitag 14-20 Uhr / Samstag 09-17 Uhr

Ausbildung zum Antara® Rücken Trainer 1

Modul C - Praxis Tage Group	08./09.04.2022	2	Salzburg	schweigerer@askoe-salzburg.at
------------------------------------	----------------	---	----------	-------------------------------

Ausbildung zum dipl. Antara® Rücken Trainer

Modul E - Becken – Hüftgelenk – ISG	14./15.05.2022	2	Salzburg	schweigerer@askoe-salzburg.at
Modul F - Schultergelenk – HWS	10./11.06.2022	2	Salzburg	
Modul G - Praxis inkl. Prüfungstag	08./09.07.2022	2	Salzburg	

Antara®-Days Österreich

Antara®-Days	25.-27.02.2022	2,5	Teichalm Fladnitz	www.antaradays.at
Antara®-Days	08.-10.04.2022	2,5	Pöllauberg	www.antaradays.at
Antara®-Days	06.-08.05.2022	2,5	Pöllauberg	www.antaradays.at
Antara®-Days	21.-28.05.2022	7,5	Mallorca	www.antaradays.at
Antara®-Days	16.-19.06.2022	4	Waldviertel	www.antaradays.at
Antara®-Days	15.-17.07.2022	2,5	Waldviertel	www.antaradays.at
Antara®-Days	22.-24.07.2022	2,5	Waldviertel	www.antaradays.at
Antara®-Days	12.-15.08.2022	4	Waldviertel	www.antaradays.at
Antara®-Days	03.-10.09.2022	7,5	Kreta	www.antaradays.at
Antara®-Days	23.-25.09.2022	2,5	Waldviertel	www.antaradays.at
Antara®-Days	07.-09.10.2022	2,5	Bad Waltersdorf	www.antaradays.at
Antara®-Days	28.-30.10.2022	2,5	Bad Waltersdorf	www.antaradays.at
Antara®-Days	18.-20.11.2022	2,5	Bad Waltersdorf	www.antaradays.at

Die Antara®-Days werden von Rainer Bräuer angeboten und betreut.
Mehr Informationen und Anmeldungen über www.antaradays.at // info@antaradays.at

Ausbildungen, Seminare und Weiterbildungen DTB – Akademie Deutschland

Ausbildung zum dipl. Antara® Instructor Stuttgart

Antara® Instructor Modul 1	11.-13.03.2022	3	Bartholomä/ Stuttgart	www.events.dtb-gymnet.de
Antara® Instructor Modul 2	01.-03.07.2022	3		
Prüfung	23.07.2022	1		

Ausbildung zum Antara® DTB-Rücken-Experten und dipl. Antara Rückentrainer

STB – Schwäbischer Turnerbund

Modul G - Praxis inkl. Prüfungstag	15.01.2022	1	Stuttgart	www.events.dtb-gymnet.de
Antara® - Rücken Praxis Pur	18./19.02.2022	2	Bartholomä/ Stuttgart	www.events.dtb-gymnet.de
Modul E - Becken – Hüftgelenk – ISG	22.-24.07.2022	3		
Modul F - Schultergelenk – HWS	30.09.-02.10.2022	3		
Modul G - Praxis inkl. Prüfungstag	30./31.10.2022	2		
Antara® - Rücken Praxis Pur	29./30.10.2022	2	Bartholomä/ Stuttgart	www.events.dtb-gymnet.de

BTB – Badischer Turnerbund

Antara® - Rücken Praxis Pur	30.04-01.05.2022	2	Baden-Baden	barbara.shaghghi@badischer-turner-bund.de
Modul E - Becken – Hüftgelenk – ISG	03.-05.06.2022	3	Baden-Baden	
Modul F - Schultergelenk – HWS	15.-17.07.2022	3	Baden-Baden	
Modul G - Praxis inkl. Prüfungstag	10./11.09.2022	2	Baden-Baden	

DTB Akademie

monika.kasanner@dtb-online.de

VTF-Hamburg

Antara® - Rücken Praxis Pur	07./08.05.2022	2	Hamburg	kuttner@vtf-hamburg.de
Antara® - Rücken Praxis Pur	27./28.08.2022	2	Hamburg	
Modul E - Becken – Hüftgelenk – ISG	07.-09.10.2022	3	Hamburg	
Modul F - Schultergelenk – HWS	04.-06.11.2022	3	Hamburg	
Modul G - Praxis inkl. Prüfungstag	03./04.12.2022	2	Hamburg	

WTB – Westfälischer- Turnerbund

RTB - Rheinischer Turnerbund

Antara® - Rücken Praxis Pur	19./20.11.2022	2	Hamm	gentes@wtb.de
Modul E - Becken – Hüftgelenk – ISG	04.-06.02.2022	3	Berg. Gladb.	klug@rtb.de
Modul F - Schultergelenk – HWS	25.-27.03.2022	3	Berg. Gladb.	
Modul G - Praxis inkl. Prüfungstag	14./15.05.2022	2	Berg. Gladb.	

Weiterbildung / Workshops

Antara® Cueing korrektes Anleiten	17.09.2022	1	Stuttgart	www.events.dtb-gymnet.de
Rectus Diastase zu Bauchmuskeltraining	04./05.2022	2	Bartholomä	www.events.dtb-gymnet.de
Stretching Instructor	18.-20.02.2022	3	Baden Baden	barbara.shaghghi@bartholomae.de
Stretching Instructor	18.-20.03.2022	3	Schöneck/KA	www.dtsb.de
Stretching Instructor	06.-08.05.2022	3	Stuttgart	www.events.dtb-gymnet.de
Stretching Instructor	15.-17.07.2022	3	Frankfurt	monika.kasandt@dtb-online.de
Stretching Instructor	29.04.-01.05.2022	3	Hamm	gentes@wtb.de
Stretching Instructor	04.-06.11.2022	3	Hamburg	kuttner@vtf-hamburg.de
Stretching Instructor	02.-04.09.2022	3	Saarbrücken	g.karle@stb.saarland.de
Stretching Instructor	18.-20.11.2022	3	Berg.Gladbach	klug@rtb.de

an diesen Events wird Antara präsentiert: