



**CURSO  
MÉTODO  
PILATES  
APLICADO  
AL  
TRATAMIENTO  
DE  
FISIOTERAPIA**

**(13ª EDICIÓN)**

**QUIENES SOMOS**

*SANE PILATES* abrió sus puertas hace nueve años siendo el primer centro de Pilates en Madrid cuyos profesores, también fisioterapeutas, están certificados por *Romana Kryzanowska, discípula directa de J.H Pilates y heredera de su Método* y de su estudio en Manhattan NY, garantizando así la pureza y calidad en cada sesión.

Tras la amplia experiencia y conocimientos adquiridos en estos años, decidimos crear un centro de formación para profesores en *el Método Pilates en su forma más fiel* y tradicional, tal y como nos lo transmitieron, con el objetivo de conservar su pureza.

**OBJETIVOS DEL CURSO**

- Comprensión de la filosofía y principios del Método Pilates.
- Adquirir los conocimientos sobre los ejercicios y las asistencias de los mismos.
- Dirigir con seguridad y eficacia una sesión de Método Pilates en consulta.
- Aprender las modificaciones a aplicar en cada ejercicio según la condición física del paciente.
- Ser capaz de tratar lesiones de espalda, miembros inferiores y miembros superiores.

**DURACIÓN DEL CURSO**

60 horas teórico –prácticas dividido en 4 seminarios de 15 horas cada uno.

**FECHAS DE REALIZACIÓN DEL CURSO (2017)**

- 21, 22 y 23 de Abril
- 6, 7 de Mayo
- 19, 20, 21 de Mayo
- 3, 4 de Junio

**LUGAR DE REALIZACIÓN**

Centro SANE PILATES  
C/ Columela, 13 bajo dcha. (Madrid)  
Tlf contacto: 91 4316500 Mail: [sanepilates@hotmail.com](mailto:sanepilates@hotmail.com)

**A QUIEN VA DIRIGIDO**

Fisioterapeutas

**MÉTODOS DOCENTES Y MATERIAL DE APOYO.**

- Clases teórico-prácticas.
- Manual teórico y fotográfico.
- Pequeños aparatos auxiliares.

**PRECIO**

595 euros.

**ACREDITACIÓN**

Solicitada acreditación

**PROGRAMA DESARROLLADO DEL CURSO.**

**SEMINARIO 1**

1. Introducción al Método Pilates.
2. Secuencia de ejercicios básicos del suelo.
3. Ejercicios en la pared.
4. Prepilates.
5. Secuencia de ejercicios de pesas básicas:

**SEMINARIO 2**

1. Secuencia de ejercicios del suelo intermedio.
2. Secuencia de ejercicios de pesas intermedias.
3. Círculo mágico.
4. Secuencia de ejercicios de suelo intermedios con círculo mágico.

**SEMINARIO 3**

1. Tratamiento de hernias.
2. Tratamiento de la escoliosis.
3. Tratamiento de cifosis e hiperlordosis.
4. Disfunciones del suelo pélvico.

**SEMINARIO 4**

1. Tratamiento de lesiones de cuello y hombros.
2. Tratamiento de lesiones de cadera y rodilla.