



CURSO MÉTODO PILATES MÁQUINAS REFORMER BÁSICO

SANE PILATES

C/Columela, 13 Bajo Dcha. 28001 Madrid
Tlf: 91 431 65 00
sanepilates@sanepilates.com



QUIENES SOMOS

SANE PILATES abrió sus puertas hace quince años siendo el **primer centro de Pilates en España constituido por fisioterapeutas**. Somos pioneros de la aplicación del Método Original en nuestro país.

Las directoras y profesoras del curso están **certificadas por Romana Kryzanowska, discípula directa de J.H. Pilates** y heredera de su Método y del estudio que el mismo fundó en New York.

Tras la amplia experiencia y conocimientos adquiridos en estos años en el mundo de la fisioterapia y en concreto en la aplicación de Pilates en todo tipo de patologías, en 2009 decidimos crear un centro de formación de instructores de Pilates para fisioterapeutas, **estando hasta el día de hoy todos sus cursos acreditados**. Además todos los alumnos formados con nosotros actualmente se encuentran en activo laboralmente y ofrecemos bolsa de trabajo y formación continuada con la posibilidad de ir profundizando y ampliando conocimientos sobre el sistema de Pilates y todos sus aparatos.

Sane Pilates ha impartido además formación en entidades públicas como hospitales y universidades y colaborado en el III congreso Internacional de Suelo Pélvico de la SEFIP presentando nuestra propia investigación sobre la aplicación de Pilates sobre las disfunciones de suelo pélvico.

LUGAR DE REALIZACIÓN

- Centro SANE PILATES
- C/ Columela, 13 bajo dcha. (Madrid)
- Metro: Retiro.

DURACIÓN

- 15 horas.

DIRIGIDO A

- Fisioterapeutas y estudiantes de último curso de Fisioterapia.

FECHAS DE REALIZACIÓN DEL CURSO (2018)

- 21 de Abril de 2018 (seminario teórico - práctico).

HORARIO SEMINARIO

- 9:00 a 20:00.

HORARIO PRÁCTICAS

- 5 horas a realizar en el centro para practicar con la máquina hasta el 31 de Mayo.

PROGRAMA DEL CURSO

- Conceptos y principios generales sobre el método y la correcta postura según Pilates.
- Partes del Reformer y manejo de las mismas.
- Secuencia completa de ejercicios básicos a realizar en el Reformer Universal:
 - Ejecución.
 - Orden.
 - Asistencia.
- Indicaciones, contraindicaciones y modificaciones de cada ejercicio para las diferentes patologías:
 - Cervicales.
 - Lumbares.
 - Miembro superior.
 - Miembro inferior.
 - Suelo pélvico.

