



*2<sup>a</sup>  
edición*



# CURSO DE INSTRUCTOR DE PILATES PARA FISIOTERAPEUTAS

## QUIENES SOMOS

SANE PILATES se inauguró en 2003 por 3 fisioterapeutas certificadas en **Método Pilates Auténtico por Romana Kryzanowska, discípula y heredera del Método y el estudio que J.H. Pilates fundó y que actualmente sigue en activo**, garantizando la pureza del Método original.

Tras la amplia experiencia adquirida en años de trabajo asistencial, creamos una **formación para fisioterapeutas en Método Pilates en su versión más fiel**, pero aplicado con rigor biomecánico y anatómico.

Esta formación se ha impartido en hospitales y Universidades españolas.

SANE PILATES ha realizado investigación sobre la aplicación en la disfunciones de suelo pélvico del Método presentadas en el III Congreso Internacional de Suelo Pelvico de SEFIP

## OBJETIVOS DEL CURSO

- Conocimiento y comprensión de la filosofía y principios del Método Pilates Auténtico
- Comprensión de la dinámica para el desarrollo de una sesión completa del método Pilates según **J.H. Pilates**: reformer, suelo y resto del sistema (Cadillac, barriles, sillas, pesas y círculo mágico)
- Conocimiento de las asistencias necesarias para dirigir con seguridad y eficacia una sesión individual del Método Pilates para todos y cada uno de los ejercicios que lo conforman.
- Conocimiento de las modificaciones a aplicar en cada ejercicio según la condición física de cada individuo (edad, sexo, actividades que realiza en su vida diaria...) así como para el tratamiento de las diferentes lesiones.
- Conocimiento de la dinámica para dirigir una sesión colectiva de colchoneta del Método Pilates.

## FECHAS DE REALIZACIÓN DEL CURSO (2017 / 2018)

### Nivel básico:

- 22, 23 y 24 de Septiembre de 2017
- 29, 30 de Septiembre y 1 de Octubre de 2017
- 6, 7 y 8 de Octubre de 2017

### Nivel intermedio:

- 19, 20 y 21 de Enero de 2018
- 26, 27 y 28 de Enero de 2018
- 2, 3 y 4 de Febrero de 2018

### Nivel avanzado:

- 6, 7 y 8 de Abril de 2018
- 13, 14 y 15 de Abril de 2018
- 20, 21 y 22 de Abril de 2018

## HORARIOS

Viernes: 15:00 - 20:00

Sabados: 9:00 - 14:00 y 15:00 - 20:00

Domingos: 9:00 - 14:00

## LUGAR DE REALIZACIÓN

Centro SANE PILATES

C/ Columela, 13 bajo dcha. (Madrid)

Tlf contacto: 91 43 165 00

Mail: sanepilates@sanepilates.com

## A QUIEN VA DIRIGIDO

Fisioterapeutas

## MÉTODOS DOCENTES Y MATERIAL DE APOYO

- Clases teórico-prácticas.
- Manual teórico y fotográfico.

## ACREDITACIÓN Y BONIFICACIÓN

- Solicitada acreditación la Comisión de formación continuada de profesiones sanitarias de la Comunidad de Madrid.
- Bonificable por la fundación tripartita.t

## PROGRAMA DESARROLLADO DEL CURSO

### NIVEL BÁSICO

#### Seminarios teórico-prácticos

- 22, 23 y 24 Septiembre de 2017
- 29, 30 Septiembre y 1 de Octubre de 2017
- 6, 7 y 8 de Octubre de 2017

#### Prácticas clínicas (126 horas) que consisten en:

- Observación de las clases impartidas por los profesores del centro.
- Entrenamiento individual para una mayor comprensión de los ejercicios.
- Monitorización de sesiones individuales de nivel básico entre compañeros y con alumnos reales sin lesiones.

### NIVEL INTERMEDIO

#### Seminarios teórico-prácticos:

- 19, 20 y 21 DE Enero de 2018
- 26, 27 y 28 de Enero de 2018
- 2, 3 y 4 de Febrero de 2018

#### Prácticas clínicas (126 horas) que consisten en:

- Observación de las clases impartidas por los profesores del centro.
- Entrenamiento individual para una mayor comprensión de los ejercicios.
- Monitorización de sesiones individuales de nivel intermedio entre compañeros y con alumnos reales (incluidos con lesiones).

### NIVEL AVANZADO

#### Seminarios teórico-prácticos:

- 6, 7 y 8 de Abril de 2018
- 13, 14 y 15 de Abril de 2018
- 20, 21 y 22 de Abril de 2018

#### Prácticas clínicas (126 horas) que consisten en:

- Observación de las clases impartidas por los profesores del centro.
- Entrenamiento individual para una mayor comprensión de los ejercicios.
- Monitorización de sesiones individuales de nivel avanzado entre compañeros y con alumnos reales (incluidos con lesiones).