



Pilates Aragón

PROGRAMA DE
FORMACIÓN 2018-19

¿Quiénes somos?

PILATES ARAGÓN somos Juan María Cardenal y Marisol Hernando además de un gran equipo formado por instructores altamente cualificados y certificados por la propia sección de Formación de nuestro Centro.

La Escuela y centro de Formación PILATES ARAGÓN nace como iniciativa personal de Marisol Hernando y de Juan María Cardenal con el objetivo de formar profesionales altamente cualificados que trasmitan con fidelidad el Método Pilates.

Ambos formados en Polestar Pilates Miami, USA, prestigiosa escuela de rango internacional con sedes en los cinco continentes.

Su formación se complementa con Masters de perfeccionamiento y especialización realizados con los discípulos directos de Joseph H. Pilates, Kathy S. Grant y, Ron Fletcher y Mary Bowen en EE.UU y Lolita Sanmiguel en Puerto Rico.

Además han recibido clases y conocimiento de los maestros internacionales más prestigiosos como Bob Liekens, Rael Isacowitz, Julian Litteford, Elizabeth Larkam (Pilates and Beyond), Peter Fiasca (Classical Pilates, Inc.), Jennifer Stacy (Peak Performance Pilates), Brent Anderson (Polester Pilates), Dave Cohen, Moira Merrithew (Stott Pilates).

Marisol Hernando y Juan María Cardenal son profesores certificados por la Pilates Method Alliance con los números 11249 y 11097 respectivamente, según consta en la www.pilatesmethodalliance.com

Formación

PILATES ARAGÓN, es una Escuela de Formación no reglada que cumple la normativa establecida por el Gobierno de Aragón según Decreto 82/2003, de 29 de abril.

PILATES ARAGÓN, forma profesionales del Método Pilates de manera integral (Mat y Studio) desde 2005.

Nuestras instalaciones están preparadas para poder dar cobertura completa a todos nuestros alumnos de formación durante todo el año. Fuera de las horas lectivas de curso siempre tienen a su disposición las salas, aparatos y material necesario para realizar sus prácticas.

Formación Pilates Mat

Programa de formación que incluye el repertorio completo creado por Joseph H. Pilates, enseñanza dinámica, participativa, rigurosa y encaminada a aprender a dirigir clases individuales y colectivas de distintos niveles, atendiendo a las posibles limitaciones de cada individuo de manera que Pilates sea un Método seguro y eficaz.

Se incluye trabajo con accesorios como forma de facilitar, dificultar y variar el trabajo de suelo según sea necesario.

Contenido del curso PILATES MAT:

250 HORAS LECTIVAS

- Presentación del Método Pilates.
- Historia, genealogía y escuelas.
- Ejercicios pre-pilates.
- Ejercicios repertorio original Método Pilates.
- Trabajo con accesorios: rulo, banda elástica, aro y fit ball.
- Clases representativas.
- Diseño de clases individuales y colectivas.
- Práctica y entrega de trabajo para estudio personal.
- Resolución de dudas.
- Estudio de casos reales.
- Práctica personal y visual con grupos reales.

1ª convocatoria FORMACIÓN MAT 2018

Fechas:

20 de Enero 2018

3 Y 17 de Febrero 2018

3 y 17 de Marzo 2018

7 de Abril 2018

*Horas lectivas presenciales obligatorias

*Horario curso: 9 a 14 y 15 a 19

Precio curso:

Curso completo: 1.550 €

Reserva inscripción: 300 € (a descontar del precio total del curso).

DESCUENTOS APLICABLES:

36% DTO, para inscripciones formalizadas antes del 30 de octubre de 2017

Pago completo contado.

(Precio final del curso: 992 €)

Otras formas de pago consultar.

2ª convocatoria FORMACIÓN MAT 2018

Fechas:

13 y 27 de Abril 2018

11 y 25 de Mayo 2018

8 y 22 de Junio 2018

*Horas lectivas presenciales obligatorias

*Horario curso: 9 a 14 y 15 a 19

Precio curso:

Curso completo: 1.550 €

Reserva inscripción: 300 € (a descontar del precio total del curso).

DESCUENTOS APLICABLES:

36% DTO, para inscripciones formalizadas antes del 25 Marzo de 2018

Pago completo contado.

(Precio final del curso: 992 €)

Otras formas de pago consultar.

3ª convocatoria FORMACIÓN MAT 2018

Fechas:

14 y 21 de Septiembre 2018

5 y 19 de Octubre 2018

9 y 23 de Noviembre 2018

*Horas lectivas presenciales obligatorias

*Horario curso: 9 a 14 y 15 a 19

Precio curso:

Curso completo: 1.550 €

Reserva inscripción: 300 € (a descontar del precio total del curso).

DESCUENTOS APLICABLES:

36% DTO, para inscripciones formalizadas antes del 15 de Mayo de 2018

Pago completo contado.

(Precio final del curso: 992 €)

Otras formas de pago consultar.

Formación PILATES STUDIO

Programa de formación en los aparatos creados por Joseph H. Pilates. La enseñanza va encaminada a aprender a dirigir clases individuales o grupos reducidos de distintos niveles. Ésta enseñanza es comparativa entre los cuatro aparatos.

El trabajo de Studio es idóneo para entrenamientos personalizados, tanto de alto nivel como para realizar una rehabilitación o corrección postural.

Se trabaja en los cuatro aparatos específicos, Cadillac, Reformer, Silla y Barril.

Contenido del curso PILATES STUDIO

400 HORAS LECTIVAS

- Presentación del Método Pilates.
- Principios básicos de Pilates, anatomía, biomecánica y patologías.
- Presentación de los aparatos y ejercicios básicos en cada uno de ellos.
- Clases representativas de Mat.
- Repertorio completo ejercicios Cadillac, Reformer, Silla y Barril.
- Diseño progresivo de clases individuales y pequeños grupos según conocimientos adquiridos en cada módulo.
- Práctica y entrega de trabajo para estudio personal.
- Resolución de dudas.
- Estudio de casos reales.
- Prácticas personales y visuales con grupos reales.

Próxima convocatoria FORMACIÓN STUDIO

CADILLAC, REFORMER, BARRIL Y SILLA:

28 Septiembre 2018

26 Octubre 2018

16 y 30 Noviembre 2018

14 Diciembre 2018

11 y 25 Enero 2019

8 y 22 Febrero 2019

15 y 29 Marzo 2019

12 Abril 2019

*Horas lectivas presenciales obligatorias

*Horario curso: 9 a 14 y 15 a 19

Precio curso:

Curso completo: 2.450 €

Reserva inscripción: 300 €

(a descontar del precio total del curso).

DESCUENTOS APLICABLES:

36% DTO, para inscripciones a curso completo formalizadas antes 15 Mayo 2018

Pago completo contado.

(Precio final del curso: 1.568 €)

Otras formas de pago consultar.

CONVOCATORIA FORMACION INTEGRAL MAT & STUDIO 2018-19

CALENDARIO EXCLUSIVO MAÑANAS - PRESENCIAL OBLIGATORIO
HORARIO 10 A 13 H. LUNES Y MIERCOLES

SEPTIEMBRE 2018: 17-19-24-26

OCTUBRE 2018: 1-3-8-10-15-17-22-24-29-31

NOVIEMBRE 2018: 5-7-12-14-19-21-26-28

DICIEMBRE 2018: 3-5-10-12-17-19

ENERO 2019: 14-16-21-23-30

FEBRERO 2019: 4-6-11-13-18-20-25-27

MARZO 2019: 4-6-11-13-18-20-25-27

ABRIL 2019: 1-3-8-10

EVALUACION CONTINUA

PRUEBA FINAL: 15 DE MAYO 2019

MANUALES EN FORMATO DIGITAL + TABLET

Precio curso:

Curso completo: 3,500 €

Reserva inscripción: 300 €

(a descontar del precio total del curso).

DESCUENTOS APLICABLES:

30% DTO, para inscripciones formalizadas hasta el día 30 ABRIL 2018 (**Precio final del curso: 2,450 €**)

10% DTO, para inscripciones formalizadas hasta el día 15 JUNIO 2018 (**Precio final del curso: 3,125 €**)

Pago completo contado cuando se acoge a descuento.

Otras formas de pago consultar.

Antiguos alumnos:

Si quieres retomar pilates, o refrescar conocimientos, reciclarte, mejorar....etc desde **PILATES ARAGÓN** te damos una **oportunidad única**.

EXCLUSIVAMENTE para todos aquellos que realizasteis vuestra formación con nosotros.

Asiste a nuestra formación presencial como un alumno más y abona únicamente el siguiente importe. (MAT y/o STUDIO).(No incluye manuales)

Importe Mat antiguos alumnos: 300 €

Importe Studio antiguos alumnos: 550 €

Importe Integral: 800 €

Consultar importe en caso de necesitar manuales.

Talleres ESPECÍFICOS:

Si te interesa seguir formándote, si crees que necesitas algo más, nuestros talleres para poblaciones especiales y específicos te afianzarán a la hora de dar tus clases.

- PILATES EN EL EMBARAZO
- PILATES CON OSTEOPOROSIS
- PILATES CON PATOLOGÍAS DE COLUMNA
- PILATES PARA NIÑOS
- ANATOMÍA PALPATORIA
- CADENAS MUSCULARES
- HOMBRO
- CADERA
- RODILLA
- CODO

Consulta fechas y precios a través de: formación@pilatesaragon.com



Pilates aragón

www.pilatesaragon.com

Infórmate:

PILATES ARAGÓN C/ Bolonia 11-13 50008 Zaragoza

Tfno: 976 – 216401 609 – 887190 619 – 368402

Email: formación@pilatesaragon.com

Web: www.pilatesaragon.com

Facebook: www.facebook.com/pilatesaragon2005/