

Corso Nazionale di Formazione Metodo Pilates di 1° livello

“REFORMER Esercizi Base”

Patrocinato dal CONI Lazio.

**Certificazione US Acli-Coni valida a tutti gli effetti legali e fiscali
su tutto il territorio Nazionale.**

*Il corso di 1 livello si occupa di formare coloro che desiderano diventare istruttori
di **Pilates Reformer** esercizi base.*

E' organizzato in lezioni teoriche, pratiche e in un esame finale.

*Ha l'obiettivo di formare istruttori in grado di conoscere e applicare gli esercizi base del Metodo
Pilates su uno dei macchinari più utilizzati e conosciuti al mondo.*

*E' rivolto a tutti gli insegnanti Pilates in possesso di diploma, Laureati Scienze motorie,
Fisioterapisti, Terapisti e tutti i professionisti del settore.*

*I nuovi istruttori saranno in grado di capire le necessità individuali dei futuri clienti e rispondere
ad esse con successo e professionalità e svolgere lezioni sul macchinario sia per gruppi che one to
one.*

“La vera flessibilità può essere raggiunta solo quando tutti i muscoli sono sviluppati in modo uniforme.”
Joseph Pilates

PERCORSO FORMATIVO (da svolgersi in sede o online) ORIENTATIVO

*Il Percorso formativo si suddivide in 4 week end
con un totale di 70 ore :*

- **40 ore** di lezione teorico-pratiche
- **15 ore** tirocinio gratuito da svolgere in sede prima dell'Esame finale.
- **15 ore** tirocinio gratuito abilitazione all'insegnamento da svolgere in sede prima dell'Esame finale.
- Saranno consentite un massimo di **8 ore** di assenza che potranno altresì essere completate con il tirocinio di recupero.

INIZIO CORSO ORIENTATIVO GIUGNO 2021

ORARIO ORIENTATIVO: Sabato H 09.30-17.00 / Domenica H 10.00-14.00
(Comprensivo di Pause)

PROGRAMMA

- *Presentazione del macchinario, regole di sicurezza e di utilizzo*
- *Analisi pratica degli esercizi*
- *Costruzione lezione pratica*
- *Anatomia e Biomeccanica del movimento*
- *Patologie della Cartilagine*

- *Ruolo di importanza dell'istruttore e lezioni tecniche di insegnamento*
 - *Modalità didattiche di gestione del gruppo e del singolo*
-
-

INFORMAZIONI e COSTI

900€ + 90€ Tassa Esame in un'unica soluzione

Possibilità di rateizzazione su richiesta

In promozione con pre-iscrizione entro Maggio (data da definire) € 750€ + 90€ tassa esame

La quota comprende:

- *Tessera Associativa US ACLI NAZIONALE (validità annuale fino al 31.08.2022)*
- *Tesserino Tecnico US ACLI NAZIONALE (validità annuale fino al 31.08.2022)*
- *Iscrizione Albo US ACLI NAZIONALE (validità annuale fino al 31.08.2022)*
- *Assicurazione*
- *Dispensa*
- *Diploma riconosciuto dal CONI*
- *Diploma di qualifica valido su tutto il territorio Nazionale*

Per iscriversi è necessario:

- *Modulo iscrizione in tutte le sue parti,*
- *Inviare il proprio curriculum,*
- *Presentare certificato di sana e robusta costituzione,*
- *Versare la quota del corso tramite bonifico bancario*
- *Inviare attestazione di pagamento e documentazione sopra richiesta via Mail al seguente indirizzo asdmovinup360@gmail.com*

*Per qualsiasi informazione scrivere a asdmovinup360@gmail.com
al numero 348.0515937 Referente Ilaria Bani*

Sede Corso: presso lo **Studio Pilates** Viale Cortina D'Ampezzo 345, Roma