

EXPERTO

EN MÉTODO PILATES

PARA

ACONDICIONAMIENTO

FÍSICO Y RECUPERACIÓN

FUNCIONAL

PRESENTACIÓN

El Método Pilates ha demostrado su eficacia en el acondicionamiento físico del ser humano y en el abordaje de ciertas alteraciones del aparato locomotor basándose en la corrección postural y en el trabajo global de todo el cuerpo mediante contracciones musculares y estiramientos. Tiene igualmente un componente psicosomático notable, mejorando el bienestar del individuo. Debido a los beneficios positivos que aporta está cada vez más demandado en la sociedad y es por todo ello por lo que se presta necesario la formación del alumnado en este método.

Más información del Método en www.elitepilates.net

OBJETIVOS

Capacitar al alumno en el dominio y uso del Método Pilates como herramienta para la mejora de la salud, mediante el componente de actividad física intrínseco que conlleva.

Capacitar al alumno en el empleo del Método Pilates para la prevención y mejora de ciertas alteraciones del aparato locomotor

EVALUACIÓN

La evaluación teórico-práctica se considera un apartado especialmente relevante dentro de la formación de los alumnos, buscando en todo momento que realmente les sea de utilidad y les sirva para detectar aquellas posibles carencias en su formación. Por otra parte, consideramos que la evaluación es el requisito indispensable para diferenciar a aquellos profesionales realmente cualificados, resultan en una apuesta laboral casi garantizada para los empresarios del sector.

Para superar los créditos y obtener el diploma acreditativo habrá que asistir al 80% de las clases presenciales de los seminarios, realizar el 100% de las prácticas de interiorización y de observación del método con usuarios reales, así como obtener al menos un 5 en la calificación del examen teórico-práctico al final del curso.

Aquellos que no superen el examen teórico-práctico y acrediten los porcentajes de asistencia requeridos en los seminarios y prácticas recibirán un certificado de asistencia al curso.



METODOLOGÍA



El curso tiene un marcado carácter práctico. Se pondrá a servicio de los alumnos los contenidos teóricos con antelación mediante correo electrónico y durante los seminarios presenciales se llevará a cabo la práctica de los mismos.

Se persigue que los alumnos adquieran tanto los conocimientos como las habilidades necesarias para poder aplicarlos en el desempeño de su actividad profesional.

El aprovechamiento de este curso requiere del alumno una participación lo más activa posible durante las clases presenciales.

PROGRAMA

SEMINARIO I:

- Historia de J. Pilates
- Principios Generales y fundamentos
- Ejercicios de prepilates
- Ejercicios básicos en colchoneta
- Ejercicios básicos en reformer

SEMINARIO II:

- Ejercicios intermedios en colchoneta
- Ejercicios intermedios en reformer

SEMINARIO III:

- Serie de pesas
- Ejercicios en barra sueca
- Pared
- Barril pequeño
- Círculo mágico
- Cadillac.



SEMINARIO IV:

- Silla eléctrica
- Silla maravillosa
- Barril grande

SEMINARIO V:

- Abordaje del cliente principiante
- Aplicación del método en clientes de nivel básico con diferentes patologías del aparato locomotor

SEMINARIO VI:

- Aplicación del método en clientes de nivel intermedio con diferentes patologías del aparato locomotor.



DESTINATARIOS



Ser diplomado Universitario, licenciado Universitario, graduado Universitario o estudiante de último curso de cualquier titulación universitaria relacionada con la actividad física y/o la salud: (Medicina, Fisioterapia, Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, etc.)



Los estudiantes de último curso no podrán recoger su diploma del Experto hasta que no justifiquen que han finalizado su Grado, presentando copia compulsada del documento de pago de las tasas de expedición del título universitario.

PROFESORADO

Dña. Silvia Puentes Fernández.
Fisioterapeuta. Directora del Centro Elite Pilates.
Profesora certificada en el método pilates por Romana's Pilates
NY (Escuela original)



INFORMACIÓN ACADÉMICA

Directores:

Dña. Isabel Galcerán Montaña

Dr. D. Juan Carlos Miangolarra Page

Secretario:

D. José Manuel Delfa de la Morena

E-mail de contacto jose.delfa@urjc.es

PROGRAMA Y DESARROLLO

AÑO 2019

SEMINARIO 1:
25 Y 26 DE OCTUBRE

SEMINARIO 2:
8 Y 9 DE NOVIEMBRE

SEMINARIO 3:
22 Y 23 DE NOVIEMBRE

AÑO 2020

SEMINARIO 4:
11 Y 12 DE ENERO (DOMINGO 9:00H A 14:30H EN LUGAR DEL VIERNES)

SEMINARIO 5:
24 Y 25 DE ENERO

SEMINARIO 6:
7 Y 8 DE FEBRERO

EXAMEN: 29 DE FEBRERO



RESERVA DE PLAZA Y MATRICULACIÓN

PLAZO DE PREINSCRIPCIÓN

8 de abril de 2019 al 4 de octubre de 2019

PLAZO DE MATRÍCULA

14 de octubre de 2019 al 18 de octubre de 2019

FECHA DE INICIO

20 de septiembre de 2019.



26 plazas



1.500€



**2 fotografías
tamaño carné.**

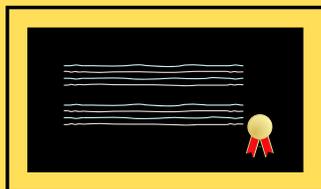


**Fotocopia del
DNI/NIE o
Pasaporte.**



**Hoja de inscripción
debidamente
cumplimentada y firmada.**

DOCUMENTACIÓN A ENTREGAR



**Copia COMPULSADA
del título
acreditativo de sus
estudios.**



**Currículum Vitae
actualizado**



**Recibo bancario, justificativo
del pago del 10% del
importe/año de la matrícula
del TT.PP. solicitado.**

* * Documentación específica requerida por la Dirección del Título Propio.

Las solicitudes de admisión a un Título Propio deberán entregarse ó enviarse por correo postal, a la Fundación Clínica Universitaria:
Fundación de la Clínica Universitaria de la Universidad Rey Juan Carlos Área de Títulos Propios Edificio Departamental II – Clínica
Universitaria. Campus de Alcorcón Despacho 2019 Av. de Atenas, s/n – 28922. Alcorcón. Madrid. España

Clínica Universitaria

UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS

EXPERTO EN MÉTODO PILATES PARA
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y RECUPERACIÓN
FUNCIONAL