

PRESENTACIÓN

El método **Pilates** es una técnica cada vez más utilizada por los fisioterapeutas en sus tratamientos.

Este método, puede ser usado con cualquier colectivo de personas que tengan alteraciones o patologías en el ámbito musculoesquelético, dentro de un protocolo de recuperación de patologías y lesiones.

Formarse como profesor del método Pilates permitirá a los fisioterapeutas comprender el cuerpo humano y las posibilidades de movimiento. Además, aprenderá a involucrar a los pacientes en la recuperación o mantenimiento de la salud física, y por tanto, la capacidad de movimiento en sus vidas.

En este curso se trabajará la técnica del Matwork o Pilates de suelo, considerado el entrenamiento básico de Pilates y esencial para llegar a comprender el método.

DESTINATARIOS

Fisioterapeutas y alumnos de 4º curso de Grado en Fisioterapia que quieran adquirir conocimientos sobre las distintas técnicas discretas en el método Pilates.

REQUISITOS PARA OBTENER EL CERTIFICADO

- Superar la prueba de conocimientos
- Asistencia mínima al 80% de las sesiones presenciales.

CONTACTAR

Fundación Universidad-Sociedad
Área de Formación
Campus Arrosadía, s/n. Edificio El Sario
31006 Pamplona
Tfnos: +34 948 16 9770 / +34 948 16 9813
fundacion.formación@unvarra.es
www.unavarra.es/fundacionuniversidadsociedad

CURSO

PILATES MATWORK PARA FISIOTERAPEUTAS



DATOS BÁSICOS

Número de créditos: 4 ECTS

Calendario:

- **OPCIÓN 1:** Primer y tercer fin de semana de febrero (1, 2, 3; 15, 16 y 17 de febrero)

- **OPCIÓN 2:** Segundo y cuarto fin de semana de febrero (8,9 y 10; 22, 23 y 24 de febrero)

***Indicar la opción preferente en el apartado "Observaciones" al realizar la inscripción.**

Horario:

- Viernes, de 16:00 a 21:00 horas

- Sábado, de 9:00 a 14:00 horas y de 16:00 a 21:00 horas

- Domingo, de 9:00 a 14:00 horas

Precio:

- Com. Universitaria y A3U-Alumni: 350€

- Tutores de prácticas: 369.55€

- Ajenos: 389€

Lugar: Facultad de Ciencias de la Salud (Campus de Tudela).

Modalidad: Presencial

Dirección académica:

- Ana María Insausti Serrano (Prof^a. Área de Anatomía y Embriología Humana UPNA).

- Ana Beatriz Bays Moneo (Prof^a. Área de Fisioterapia UPNA)

PROGRAMA

MÓDULO 1 - Introducción al método

- Origen del método. Biografía de Joseph Pilates

- Principios del método

- Ejercicios originales del método

- Análisis de principios

MÓDULO 2 - Aprendizaje del método

- Sesión pre-pilates con conceptos básicos

- Ejercicios Mat 1 - 10

- Repertorio de ejercicios de Mat Pilates ampliados

MÓDULO 3 - Consolidación del método, variantes y uso del material

- Práctica de ejercicios, dominio de ellos y transmisión al alumno

- Corrección de los ejercicios y posibles errores en la ejecución

- Variaciones de ejercicios en diferentes circunstancias

- Material Pilates

MÓDULO 4 - Extrapolación. Role-play

- Cualidades del instructor de Pilates

- Habilidades de comunicación

- Preparación y desarrollo de la sesión

PROFESORADO

- **Olga Ovelar Bernal.** Instructora MAT y Studio Pilates. Certificada por PMA® Pilates Method Alliance.

Directora del centro Studio O2 Pilates.

PROCESO MATRÍCULACIÓN

Realice la **INSCRIPCIÓN** desde el enlace:

<http://bit.ly/CC18PILATES>.

*Indique en el apartado "Observaciones" la opción de fechas preferente.

El pago del curso se realizará mediante tarjeta de débito o crédito en el momento en que se realiza la inscripción.

La admisión al curso se realizará por orden de inscripción tras la comprobación del cumplimiento de los requisitos académicos por parte de la dirección académica.

Se notificará la admisión al curso mediante correo electrónico.

QUIERO INSCRIBIRME

