

CURSO FORMACIÓN

# PILATES

## MAT Y REFORMER



**TENERIFE Y GRAN CANARIA**

**“ENTENDER ES LA ÚNICA FORMA DE  
CONSEGUIR LOS OBJETIVOS”**

El programa de formación de **Pilates** que desarrollamos va mucho más allá del método tradicional. Hemos puesto el sistema al servicio de la ciencia, aplicando los últimos conocimientos en materia de Educación Física, Biomecánica, Fisiología, Medicina. Este curso no sólo está enfocado a saber ejecutar los ejercicios y aplicarlos a un grupo. Está diseñado para entender su utilidad y aplicarlos de manera efectiva en cada caso que nos encontremos.

El **Método Pilates** es un sistema de entrenamiento, y como tal, debe tener una planificación por objetivos, una estructura adecuada y, por supuesto, una forma objetiva de comprobar los resultados de nuestro trabajo. Vas a aprender lo que nunca nadie te enseñó sobre este sistema. ¿Te atreves?



**Duración del curso:** 90 horas (lectivas + prácticas + estudio)

**Alumnos:** nuevos instructores e instructores ya formados

**Reconocimiento de Oficialidad de la Escuela de Servicios Sanitarios y Sociales del Gobierno de Canarias (ESSSCAN)**

+ info: [www.formainde.com](http://www.formainde.com)

664 393 776

Facebook: formainde

**Formainde**  
Formación, innovación y deporte



Gobierno de Canarias  
Escuela de Servicios Sanitarios  
y Sociales de Canarias