

Fisicamente Formazione Srls.

Staff Fisicamente

Ref 1

Corso di formazione per Istruttori Pilates

TRIESTE 12 - 13 maggio 2018

ultima scadenza promozione 26 aprile
[compila la scheda di iscrizione on line!](#)

ORARI

Sabato 12 maggio: check-in dalle ore 9 alle 9:45; corso 10:00 – 13:00 / 14:00 – 19:00

Domenica 13 maggio: corso 9:00 – 12:30 / 13:30 – 16:00

SEDE

Presso: MK STUDIO MOVIMENTO di Marina Kovalenko

via Coroneo 1, TRIESTE

III piano

www.mkstudiomovimento.it

COSTO

Costo in promozione entro il 26 aprile (costo incluso manuale a colori redatto dalla Dott.ssa Anna Maria Vitali e attestato Fisicamente Formazione)

Pagamento in due quote:

€ 370,00 (€ 303,27+ iva)

Acconto € 70,00 entro la data di scadenza della promozione 26 aprile ;

saldo € 300,00 al check-in.

OPPURE

Pagamento in quota unica:

€ 350,00 (€ 286,88 + iva) bonifico entro il 26 aprile

(anziché € 390,00 se ti iscrivi in ritardo)

Termine Promozione 26 aprile 2018

AFFRETTARSI ALL'ISCRIZIONE I POSTI SONO LIMITATI!!!

COSTO TIROCINIO

Se hai già frequentato Ref 1 nella sessione precedente puoi frequentare il modulo in qualità di allievo tirocinante al costo di € 219,60, (€ 180,00 + iva).

Se avevi frequentato il corso prima del 2017 e hai ancora un vecchio manuale e desideri ricevere il nuovo manuale redatto da Anna Maria Vitali, si richiede un contributo di € 20 per la stampa del manuale, che salderai al check-in.

Prenota il tuo posto in anticipo tramite mail a info@fisicamentepilates.it ; salderai l'intera quota al check-in. Se sei tirocinante non devi compilare la scheda di iscrizione soltanto prenotare via mail!!!

E' consigliato portare un abbigliamento Pilates, pantaloni e magliette non troppo larghe e calzini antiscivolo. Portare con se un telo da utilizzare come supporto.

Durante la classe di Mat che si svolgerà la mattina di sabato e la mattina di domenica è vietato prendere appunti. Si possono prendere appunti per il resto del corso mentre si analizzano nel particolare gli esercizi. Portate un block per appunti e penna.

Durante il corso verrà consigliato di spegnere i cellulari. E' vietato fare video o registrare audio.

CONTENUTI

In questo weekend di 14 ore verrà introdotto il macchinario Pilates Reformer, il più versatile tra quelli inventati da Joseph H.Pilates. Verranno analizzati circa 18 esercizi del repertorio principianti - intermedi, con tutte le varianti. Gli allievi praticheranno a coppie gli esercizi. E faranno delle esercitazioni per mettere in sequenza gli esercizi per sviluppare programmi principianti e principianti - intermedi con relative modifiche.

Il Reformer Instructor Training 1 comprende:

1. Il repertorio di Reformer 1
2. Manuali esaustivi in linea con gli attuali standard scientifici.
3. Suggerimenti, assistenza e consigli per affrontare clienti con diversi livelli di abilità
4. Tutte le linee guida sulla sicurezza anche nel caso si insegni ad individui anziani, a donne che devono affrontare o hanno appena affrontato un parto, a clienti con problemi alla schiena, alle ginocchia, al collo e alle spalle

PREREQUISITI RICHIESTI PER L'ISCRIZIONE CORSO REF 1

E' necessario aver partecipato a lezioni di Reformer in qualsiasi studio o palestra con Istruttore certificato Reformer, per un minimo di ore negli ultimi mesi (consigliate almeno 20 ore). Oppure vivamente consigliato se abiti a Roma: 12 ore presso lo studio Fisicamente di Roma, negli ultimi 3 mesi.

E vivamente consigliata la frequenza del primo modulo di formazione obbligatorio Anatomia e Biomeccanica applicata al Pilates con la Dott.ssa Anna Maria Vitali.

Se l'allievo non ha già frequentato il modulo di Anatomia e Biomeccanica applicata al Pilate con Anna Maria Vitali può farlo nelle date successive, è consigliato farlo prima possibile.

AFFRETTARSI ALL'ISCRIZIONE I POSTI SONO LIMITATI!!!

PER ISCRIVERSI

Se non hai mai frequentato corsi con Fisicamente Formazione, invia il tuo curriculum con un recapito telefonico a info@fisicamentepilates.it e chiedi la disponibilità dei posti.

A) Registrati sul nostro sito cliccando sul pulsante [Registrati](#) in alto a sinistra;

B) compila la scheda di iscrizione on line [cliccando qui](#)

C) dopo aver compilato la scheda on line, riceverai una mail che ti comunicherà i dati per effettuare il bonifico bancario di acconto o il saldo in quota unica (entro la data di scadenza della promozione).

D) entro la data di scadenza della promozione inviare, via mail, a info@fisicamentepilates.it la copia della ricevuta del bonifico effettuato;

E) Effettuerai il relativo saldo al check-in la mattina del primo giorno di corso.

N.B.: L'iscrizione al corso viene considerata valida al momento della ricezione della copia del bonifico d'acconto. Accertarsi dell'avvenuta ricezione della scheda e della copia della disposizione del bonifico, via mail.

IN CASO DI DISDETTA DA PARTE DEL PARTECIPANTE:

la disdetta deve avvenire esclusivamente tramite mail a info@fisicamentepilates.it ;
l'allievo può recuperare la quota versata decurtata di € 20 per iscriversi personalmente a qualsiasi corso, workshop o evento organizzato direttamente da Fisicamente entro 1 anno dalla data di iscrizione.

RISULTATI IMMEDIATI

In seguito alla frequenza del modulo di Reformer 1 riceverai un attestato di partecipazione.

Potrai cominciare ad insegnare una base di repertorio Reformer per principianti in qualità di allievo tirocinante, dove tu vuoi. Si consiglia comunque di frequentare del tirocinio prima di cominciare ad insegnare, per essere più sicuri sul programma studiato.

Se non hai già uno studio Pilates sarai tu a proporti per cercare di insegnare dove vuoi, in una struttura sportiva o in uno studio Pilates riconosciuto. Gli Istruttori certificati con il Master Trainer Anna Maria Vitali sono molto ricercati.

PER OTTENERE LA CERTIFICAZIONE REFORMER INSTRUCTOR FISICAMENTE FORMAZIONE

COME ARRIVARE PRESSO LA SEDE DEL CORSO

Presso: MK STUDIO MOVIMENTO di Marina Kovalenko
via Coroneo 1, TRIESTE
III piano

PER CHI ARRIVA IN TRENO

10 min. a piedi dalla stazione centrale.

Alla stazione di Trieste Centrale uscire in Piazza della Libertà, di fronte prendere la via Ghega, arrivati in Piazza Oberdan ancora 100 mt. e svoltare a sx. in via Coroneo.

PER CHI ARRIVA IN AUTO

Alla barriera di Trieste Lisert (Monfalcone Est) proseguire dritti sulla superstrada, dopo circa 10 km. svoltare a dx in direzione Trieste Sistiana e proseguire per Trieste centro per circa 15 km. Arrivati alla stazione dei treni proseguire per Corso Cavour ed al semaforo all'altezza dell'hotel NH svoltare a sx, percorrere tutta la via Milano ed immettersi in via Coroneo. Parcheggio sotterraneo dopo 400 mt. a sx. di fronte al Tribunale di Trieste.

PER CHI ARRIVA IN AEREO

Uscendo dall'aeroporto prendere il taxi costo approx 60 euro, oppure autobus (ogni 30 min.) per Trieste centro con arrivo presso la stazione ferroviaria.

Per ulteriori informazioni esclusivamente logistiche: chiamare il numero 040661206 oppure 3471808416.

DOVE DORMIRE

Nello stesso palazzo della sede del corso, al primo piano trovate il b&b Atelier Lidia Polla (sig.ra Laura) 334-7150231

oppure a 500 mt.

b&b Amelie, via San Francesco d'Assisi 23, 345-2973930 (che ha un costo minore) .

PER B&B, CAMERE O ALLOGGI PRIVATI CONSULTARE www.booking.com
<<http://www.booking.com>> oppure

www.airbnb.it <http://www.airbnb.it>

o qualsiasi altro sito di prenotazioni alberghi o B&B.

Per ulteriori informazioni lascia il tuo nome e un tuo recapito telefonico scrivendo a: info@fisicamentepilates.it oppure chiama Daniela 3346987023 oppure 065295580 (preferibilmente ore 9,30 – 12,30)