

Fisicamente Formazione Srls.  
Diretta dalla Dott.ssa Anna Maria Vitali

## Staff Fisicamente

### Mat 2

Corso di formazione per Istruttori Pilates (2gg.14 ore)

**NAPOLI** (Mariglianella) **15 - 16 dicembre 2018**

**scadenza promozione 20 novembre 2018**  
**[compila la scheda di iscrizione on line!!!](#)**

#### SEDE

Presso: New Pilates Studio  
all'interno della Palestra EXPRESSION CLUB  
via Cimitero 10, Mariglianella (NA)  
[www.pilatesstudio.it](http://www.pilatesstudio.it)

#### ORARI

**Sabato 15 dicembre:** check-in dalle ore 9 alle 9:45; corso 10:00 – 13:00 / 14:00 – 19:00  
**Domenica 16 dicembre:** corso 9:00 – 12:30 / 13:30 – 16:00

**NOTA:** gli orari potrebbero avere uno slittamento, in posticipo e chiusura della domenica, di un'ora. Gli orari definitivi verranno riconfermati una settimana prima del corso.

#### COSTO

**Costo in promozione entro il 20 novembre** (costo incluso manuale a colori redatto dalla Dott.ssa Anna Maria Vitali, l'attestato Fisicamente Formazione che verrà inviato via mail entro una settimana dopo il corso.)

#### **Pagamento in quota unica:**

**€ 380,00 (€ 311,47 + iva) bonifico entro il 20 novembre**

(anziché € 420,00 se saldi al check-in senza acconto )

#### OPPURE

#### **Pagamento in due quote:**

**€ 400,00 (€ 327,86 + iva)**

Acconto € 100,00 entro la data di scadenza della promozione **20 novembre** ;  
saldo € 300,00 al check-in del 6 ottobre.

(anziché € 420,00 se saldi al check-in senza acconto )

## **AFFRETTARSI ALL'ISCRIZIONE I POSTI SONO LIMITATI!!!**

**È consigliato portare un abbigliamento Pilates, pantaloni e magliette non troppo larghe e calzini antiscivolo. Portare con sé un telo da utilizzare come supporto. Durante la classe di Mat che si svolgerà la mattina di sabato e la mattina di domenica non è consentito prendere appunti. Si possono prendere appunti per il resto del corso mentre si analizzano nel particolare gli esercizi. Portate un block per appunti ed una penna.**

**Durante il corso non è consentito l'uso dei cellulari. È vietato fare video o registrare audio.**

## **CONTENUTI MAT 2**

### **Mat 2 (2 gg.14 ore)**

Il lavoro di Mat è alla base del metodo Pilates ed è indispensabile per un allenamento del corpo davvero completo.

Il programma Mat 2 di Fisicamente Formazione include l'intero repertorio di esercizi Pilates secondo livello, insieme con modifiche e variazioni concepite espressamente per rendere il vostro programma un programma di successo.

Mat 2 comprende numerosi esercizi di livello intermedio e avanzato con modifiche; comprende lezioni sulle progressioni degli esercizi all'interno di un programma di allenamento e sulla programmazione dell'organizzazione dei gruppi e personalizzato;

### **Il Mat Instructor Training 2 comprende:**

1. Il repertorio di Mat 2;
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 a persone anziani, a clienti con problemi alla schiena, alle ginocchia, al collo e alle spalle, e per le persone che devono incrementare l'allenamento sportivo .

## **PREREQUISITI RICHIESTI PER L'ISCRIZIONE CORSO MAT 2**

1. È necessario aver partecipato al corso di Mat 1 con Fisicamente Formazione ed essere ben allenati sul programma di Mat 1.
2. È vivamente consigliato aver frequentato il primo modulo di formazione obbligatorio Anatomia e Biomeccanica applicata al Pilates Pre Mat con la Dott.ssa Anna Maria Vitali.

**NOTA:** se l'allievo non ha ancora frequentato il modulo di Anatomia e Biomeccanica applicata al Pilates Pre Mat con la Dott.ssa Anna Maria Vitali, ma per motivi di date desidera frequentare prima il Mat 2 deve fare una richiesta a riguardo, tramite mail.

## **COSTO TIROCINIO**

Se hai già frequentato mat 2 nella sessione precedente puoi frequentare il modulo in qualità di allievo tirocinante al costo di €183,00 (€ 150,00 + iva).

Se avevi frequentato il corso con Anna Maria Vitali prima di maggio 2017 e desideri ricevere il nuovo manuale redatto da Anna Maria Vitali, si richiede un contributo di € 25 per la stampa del manuale.

Se sei tirocinante non devi compilare la scheda per iscriverti: prenota il tuo posto in anticipo tramite mail a [formazione@fisicamentepilates.it](mailto:formazione@fisicamentepilates.it) ; salderai €183,00 (€ 150,00 + iva) al check-in.

**AFFRETTARSI ALL'ISCRIZIONE I POSTI SONO LIMITATI!!!**

## ***Curriculum trainer staff Fisicamente***

Gli istruttori delegati a insegnare nei primi livelli di formazione Fisicamente dal Master Trainer Anna Maria Vitali, sono istruttori certificati Comprehensive con Fisicamente e hanno esperienza di tutor per tirocini ed esami e vengono da anni di insegnamento del Pilates per personal e gruppi sul Mat e tutti i macchinari Pilates e hanno svolto molte ore di aggiornamento in tutti gli eventi e workshop di Continuing Education organizzati da Fisicamente.

## **PER ISCRIVERSI**

A) Registrati sul nostro sito [www.fisicamentepilates.it](http://www.fisicamentepilates.it) cliccando su Registrati in alto a sinistra; effettua il login cliccando su Login in alto a sinistra;

B) oppure scarica la App gratuita "Fisicamente Formazione" [cliccando qui](#)

C) compila la scheda di iscrizione on line [cliccando questo link](#)

Oppure cerca il corso sul calendario dell'App e scegli "Compila la scheda di iscrizione".

D) dopo aver compilato e inviato la scheda on line, e quando avremo ricevuto un minimo di richieste per confermare il corso, ti comunicheremo, via mail, i dati per effettuare il bonifico bancario di acconto e saldo.

E) invierai la disposizione del bonifico via mail, oppure tramite WhatsApp, entro 2 giorni dalla data in cui riceverai i dati del bonifico, a [info@fisicamentepilates.it](mailto:info@fisicamentepilates.it);

\*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](mailto:info@fisicamentepilates.it).

Una volta effettuato il bonifico di acconto o di saldo, non è possibile ricevere un rimborso della quota versata in seguito alla disdetta.

L'allievo può utilizzare la quota versata decurtata di € 30 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 Mat 2 riceverai un attestato di partecipazione.

Potrai cominciare ad insegnare una base di repertorio Mat intermedio avanzato 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 MAT INSTRUCTOR**

#### **COME ARRIVARE PRESSO LA SEDE DEL CORSO**

Il NEW PILATES STUDIO si trova all'interno della Palestra EXPRESSION CLUB

#### **PER CHI ARRIVA IN TRENO**

Alla stazione di p.zza Garibaldi dirigersi verso i treni della Circumvesuviana e prendere la linea NAPOLI BAIANO scendere alla fermata VITTORIO VENETO all'uscita della stazione girare a destra e proseguire per circa 300 M. La palestra si trova subito dopo il cimitero di Mariglianella.

#### **PER CHI ARRIVA IN AUTO:**

Prendere l'autostrada Napoli-Bari uscita Pomigliano D'arco, proseguire in direzione Bruscianno Mariglianella all'altezza dell'autoscuola Fiorile girare a destra dopo 50 M si trova la palestra

#### **PER CHI ARRIVA IN AEREO**

Uscendo dall'aeroporto prendere il taxi costo approx 25/30 euro.

Per ulteriori informazioni esclusivamente per la sede del corso: chiamare il numero 0818410605 oppure 3397415112

#### **DOVE DORMIRE**

**Hotel Elio** (a 300 metri dalla sede del corso)

Corso Umberto I, 115

80034 Marigliano NA

0818413906



Convenzione con New Pilates Studio:

singola 39 euro  
doppia 49 euro  
tripla 59 euro

oppure **Hotel Castel Dell'Angelo** (a 1,5 km dalla sede del corso)  
Via Variante 7 Bis  
Marigliano NA  
0818412471

**Daniela Vitali - Fisticamente Formazione S.r.l.s. - info corsi - iscrizioni - eventi**

cell. 3346987023 tel. 065295580 (al fisso soltanto di mattina 9:30 – 12:30 )

email: [info@fisticamentepilates.it](mailto:info@fisticamentepilates.it)

Per ulteriori informazioni lascia il tuo nome e un tuo recapito telefonico scrivendo a :

[info@fisticamentepilates.it](mailto:info@fisticamentepilates.it)

in agosto solo email o facebook: Fisticamente Daniela Vitali,

[www.fisticamentepilates.it](http://www.fisticamentepilates.it)

**Fisticamente Formazione S.r.l.s.**

info corsi- iscrizioni - eventi cell.3346987023 tel. 065295580

email: [info@fisticamentepilates.it](mailto:info@fisticamentepilates.it)

[www.fisticamentepilates.it](http://www.fisticamentepilates.it)