

Fisicamente Formazione S.r.l.s.

Presenta:

Dott.ssa Anna Maria Vitali

Mat 2

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

ROMA 10 - 11 MARZO 2018

scadenza promozione 20 febbraio 2018!!

[compila la richiesta di iscrizione on line](#)

SEDE

SCUOLA DI FORMAZIONE FISICAMENTE viale Giulio Cesare 95 Roma
(video citofono di destra int. 10 - scala DX - secondo piano)

ORARI (tot. 14 ore)

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

Domenica 11 marzo: corso 9:30 – 12:30 / 13:30 – 16:30

COSTO

Costo in promozione entro il 20 febbraio (costo incluso manuale a colori redatto dalla Dott.ssa Anna Maria Vitali e attestato Fisicamente Formazione)

Pagamento in due quote:

€ 400,00 (€ 327,86 + iva) (anziché € 430,00 se ti iscrivi in ritardo)

Acconto € 80,00 entro la data di scadenza della promozione 20 febbraio 2018;
+ saldo € 320,00 (€ 262,29 + iva) al check-in.

OPPURE

Pagamento in quota unica:

€ 370,00 (inclusa iva) bonifico entro il 20 febbraio 2018

(anziché € 430,00 se ti iscrivi in ritardo)

Termine Promozione 20 febbraio 2018

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:

Fisicamente Formazione S.r.l.s.

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

email: info@fisicamentepilates.it

www.fisicamentepilates.it

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. Contiene tutti i principi del Core che sono tipici del metodo e si integra facilmente sia all'interno del vostro attuale programma di esercizi di gruppo che all'interno del programma di allenamento personalizzato.

Il programma Mat di Fisicamente (utilizzo manuali Fisicamente Formazione) include l'intero repertorio di esercizi Pilates, 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. Suggestioni, 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 anziane, a donne che hanno bisogno di allenamento pre o post parto, a clienti con problemi alla schiena, alle ginocchia, al collo e alle spalle.

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 necessario 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 € 150,00 (€ 122,95 + iva).

Se desideri ricevere il nuovo manuale redatto dalla Dott.ssa Anna Maria Vitali, si richiede un contributo di € 20 per la stampa del manuale. Se ancora non hai il nuovo manuale, prenotalo!

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

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.

RISULTATI IMMEDIATI

In seguito alla frequenza del modulo di Mat 2 riceverai un attestato di partecipazione. Potrai insegnare il repertorio Mat per intermedi avanzati 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.

Curriculum Anna Maria Vitali

Anna Maria Vitali ha conseguito la Laurea in Medicina e Chirurgia all'Università La Sapienza di Roma con lode.

Combina il suo background di danzatrice e coreografa professionista con una spiccata curiosità scientifica per l'analisi del movimento.

Ha scoperto il metodo Pilates nel 1980, frequentando i corsi tenuti da Alan Herdman presso la London Contemporary Dance School.

Da allora ha approfondito le sue conoscenze studiando metodiche diverse e in particolare il metodo Mézières e il metodo Bertherat presso la Scuola per Osteopati diretta da Alain Bernard.

La sua formazione scientifica la spingono ad approfondire in modo dettagliato diversi aspetti del movimento sia fisiologico che patologico. In questa ottica di aggiornamento e confronto ha seguito i corsi per medici e fisioterapisti tenuti da Diane Lee e Andry Vleeming.

Ha completato il Corso di Fascial Manipulation di Luigi Stecco.

Ha insegnato all'Accademia Nazionale di Danza di Roma, alla Scuola Nazionale di Cinema di Roma e di recente alla Facoltà di Scienze Motorie di Padova come collaboratrice della Dott. Carla Stecco.

Per circa 10 anni ha collaborato come Master Trainer in Italia con la Scuola Pilates Balanced Body di Sacramento fino al 30 giugno 2017.

Attualmente è Master Trainer Pilates e direttrice della Srls Fisicamente Formazione che si occupa della formazione:

per istruttori FISICAMENTE PILATES MAT; REFORMER; COMPREHENSIVE

Miofasciale primo livello FASCIA IN MOTION FISICAMENTE PILATES

Miofasciale secondo livello FASCIA IN ACTION FISICAMENTE PILATES

FASCIAL FITNESS: introduttivo e avanzato (rivolta anche a preparatori atletici; insegnanti di Fitness; riabilitatori).

PER OTTENERE LA CERTIFICAZIONE MAT INSTRUCTOR dovrai aver:

I dettagli del percorso per diventare istruttore certificato Reformer sono disponibili a [questo indirizzo](#).

COME ARRIVARE A VIALE GIULIO CESARE 95

Lo studio Fisicamente si trova a viale Giulio Cesare 95, a circa 300 dalla fermata linea A Ottaviano.

Dovete suonare a Scuola di Formazione Fisicamente, video citofono di destra, interno n.10, scala DX, poi salire al secondo piano porta a destra.

Dalla stazione Termini prendere metro A direzione Battistini, alla sesta fermata scendere a Ottaviano (circa 13 minuti di percorso di metro), camminare per 300 metri su viale Giulio Cesare direzione Lepanto e troverete il portone n.95 sulla destra, prima dell'incrocio con via Fabio Massimo.

Dall' aeroporto di Fiumicino: trenino per Roma Termini e proseguire come sopra.

Oppure dall'aeroporto Fiumicino cerca bus Fiumicino centro (arriverai diretto a via Crescenzo a 700 metri dallo studio) sito <http://www.sitbusshuttle.com/> (nello stesso sito trovi bus da Ciampino)

PER CHI ARRIVA CON LA PROPRIA AUTO

attenzione il parcheggio pubblico si paga, da lunedì a sabato, escluso festivi, dalle ore 8 alle ore 20, portate le monete con voi (€ 4,00 per 8 ore).

PER INFO ALBERGHI

Puoi consultare qualsiasi sito di prenotazioni B&B, in zona avrai l'imbarazzo della scelta. Nella sezione Contatti\Domande Frequenti del nostro sito trovate gli alberghi da noi consigliati: [DOVE DORMIRE ZONA PRATI Metro A Lepanto, Ottaviano o Cipro](#)



Per ulteriori informazioni chiama Daniela 3346987023, lasciate un messaggio e verrete richiamati prima possibile; oppure 065295580 (preferibilmente la mattina ore 9,30 -12)