

Fisicamente Formazione Srls.

Staff Fisicamente

Reformer 1

Corso di formazione per Istruttori Pilates

ROMA 2 - 3 dicembre 2017

ultima scadenza promozione 20 novembre!!!

SEDE

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

ORARI

Sabato 2 dicembre: dalle ore 9 alle 9:45 check -in; corso 10:00 – 13:00 / 14:00 – 19:00

Domenica 3 dicembre: corso 9:30 – 12:30 / 13:30 – 16:30

COSTO

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

Pagamento in due quote:

€ 330,00 (€ 270,49 + iva) (anziché € 360,00 se ti iscrivi in ritardo)

Acconto € 60,00 entro la data di scadenza della promozione 20 novembre 2017;
saldo € 270,00 (€ 221,31 + iva) al check-in.

OPPURE

Pagamento in quota unica:

€ 310,00 (€ 254,09 + iva) bonifico entro il 20 novembre 2017

(anziché € 360,00 se ti iscrivi in ritardo)

Termine Promozione 20 novembre 2017

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 € 180,00 (€ 150 + 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, prenota in tempo la stampa del manuale.

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!!!

È consigliato portare un abbigliamento Pilates, pantaloni e magliette non troppo larghe e calzini antiscivolo. Portare con sé un telo da utilizzare come supporto. Si possono prendere appunti durante il corso, mentre si analizzano nel particolare gli esercizi. Portate un blocco per appunti ed una penna. Durante il corso non è consentito l'uso dei cellulari. È 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. Suggesti, 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

- a) Aver partecipato a lezioni Reformer:
 - a) in qualsiasi studio o palestra con Istruttore certificato Reformer (consigliate almeno 20 ore negli ultimi mesi);
 - b) OPPURE, 10 ore con istruttori certificati Reformer con il Master Trainer Dott.ssa Anna Maria Vitali, negli ultimi 3 mesi;
- b) Aver frequentato il primo modulo di formazione obbligatorio Anatomia e Biomeccanica applicata al Pilates con la Dott.ssa Anna Maria Vitali (questo primo modulo può essere frequentato anche nelle date successive, ma è consigliabile farlo entro 6 mesi)

PER ISCRIVERSI

Invia il tuo curriculum con recapito telefonico e chiedi la conferma della disponibilità dei posti a: info@fisicamentepilates.it

- A. Riceverai la scheda di iscrizione via mail.
- B. compilare la scheda di iscrizione in digitale, cancellando i puntini in eccesso per mantenere il testo in una sola pagina, salvare il file aggiungendo il proprio cognome all'inizio del nome del file.
- C. effettuare il bonifico di acconto (entro la data di scadenza della promozione) oppure del costo complessivo utilizzando i dati bancari che trovate nella scheda stessa. (Effettuerai il saldo la mattina del sabato)
ATTENZIONE:
Troverai i dati bancari all'interno della scheda di iscrizione che avrai ricevuto.
- D. entro la data di scadenza della promozione inviare, via mail, a info@fisicamentepilates.it :
 - a) la copia della ricevuta del bonifico effettuato;
 - b) la scheda di iscrizione al corso compilata in digitale (non a mano);

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

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 il 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 Dott.ssa Anna Maria Vitali sono molto ricercati!

PER OTTENERE LA CERTIFICAZIONE FISICAMENTE FORMAZIONE e diventare istruttore di REFORMER è necessario:

- A. Frequentare i seguenti moduli:
 - 1. Anatomia e Biomeccanica applicata al Pilates con esercizi di pre -mat (2gg.16 ore);
 - 2. REFORMER 1 (2 gg- 14 ore);
 - 3. REFORMER 2 (2gg- 14 ore);
 - 4. REFORMER 3 (2gg- 14 ore);
- B. Completare il tirocinio, che consiste in 9 giorni così organizzati:
 - 1. Ripetere i moduli di Ref1 (2 gg 14 ore) + Ref2 (2gg -14 ore) + Ref3 (2gg -14 ore)
 - 2. Frequentare il tirocinio didattico Ref 1 (1 g.) + Ref2 (1 g.) + Ref 3 (1 g.)

- C. Aver insegnato un minimo di 100 ore presso una palestra o uno studio.
- D. Avere effettuato un minimo di 6 ore di allenamento in personal con istruttore delegato da Fisicamente.
- E. Presentare 5 video di 3 minuti ciascuno, in cui l'allievo spiega ed insegna 5 esercizi.
- F. Superare l'esame scritto consistente in 30 domande a risposta multipla.
- G. Superare l'esame pratico consistente nell'insegnamento di 20 esercizi per un gruppo avanzato.

Nota! Si consiglia di farlo al massimo entro 3 anni dall'inizio del primo corso.

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.

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](#)

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: formazione@fisticamentepilates.it

www.fisticamentepilates.it

Fisticamente Formazione S.r.l.s.

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

email: info@fisticamentepilates.it

www.fisticamentepilates.it