

Fisicamente Formazione Srls.

Staff Fisicamente

Ref 1

Corso di formazione per Istruttori Pilates

CATANIA 20 -21 gennaio 2018

ultima scadenza promozione 9 gennaio 2018

ORARI

Sabato 20 gennaio: check-in dalle ore 9 alle 9:45; corso 10:00 – 13:00 / 14:00 – 19:00

Domenica 21 gennaio: corso 9:00 – 12:30 / 13:30 – 16:00

Nota: gli orari potrebbero cambiare di un'ora in anticipo o posticipo e saranno confermate il 9 gennaio

SEDE

IL CORSO SI SVOLGE PRESSO:

Studio COREPILATES

Via Chisari 12 – 95123 Catania

(vedi in basso info per come arrivare)

COSTO

Costo in promozione entro il 9 gennaio 2018 (costo incluso manuale a colori redatto dalla Dott.ssa Anna Maria Vitali e attestato Fisicamente Formazione)

Pagamento in due quote:

€ 380,00 inclusa iva (€ 311,47 + iva)

Acconto € 80,00 entro la data di scadenza della promozione 9 gennaio 2018;
saldo € 300,00 al check-in del 20 gennaio

OPPURE

Pagamento in quota unica:

€ 360,00 (€ 295,08+ iva) bonifico entro il 9 gennaio 2018

(anziché € 400,00 se ti iscrivi in ritardo)

NOTA. NOTA. Se a frequentare il corso sono **almeno 11 allievi** (escluso tirocinanti) avrai un **bonus di € 20,00** da utilizzare per uno sconto per qualsiasi corso o evento organizzato da Fisicamente entro un anno.

Se a frequentare il corso sono **almeno 16 allievi** (escluso tirocinanti) avrai un **bonus di € 40,00** da utilizzare per uno sconto per qualsiasi corso o evento organizzato da Fisicamente entro un anno.

Termine Promozione 9 gennaio 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 € 220,00 (€ 180,33 + 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 block 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. 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

1. 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;
2. 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

Se ricevi la conferma positiva per procedere all'iscrizione:

1. Effettua l'iscrizione on line, sul nostro sito web, [cliccando qui](#).
2. Riceverai una mail riassuntiva con la tua iscrizione e i dati bancari per effettuare il bonifico;
3. Effettua il bonifico bancario di acconto richiesto;
4. Invia via mail, entro la data di scadenza della promozione a info@fisicamentepilates.it la copia della ricevuta del bonifico effettuato.

NOTA: L'iscrizione al corso viene considerata valida al momento della ricezione del bonifico. Accertarsi dell'avvenuta ricezione della vostra iscrizione 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 Trainere Dott.ssa Anna Maria Vitali sono molto ricercati!

PER OTTENERE LA CERTIFICAZIONE REFORMER INSTRUCTOR DOVRAI AVER:

1. Frequentato il modulo di Anatomia e Biomeccanica applicata al Pilates esercizi di pre –mat – principi;
2. Frequentato Ref 1 (2 gg- 14 ore);
3. Frequentato Ref 2 (2gg- 14 ore);
4. Frequentato Ref 3 (2gg- 14 ore);

5. Frequentato i relativi tirocini richiesti per accedere agli esami; in totale 9 giorni :
 - 3 weekend di tirocinio frequentando per la seconda volta in qualità di allievo tirocinante i 3 moduli (Ref1, Ref2, Ref3)
 - + 3 giorni di tirocinio didattico (Ref1, Ref2, Ref3)
6. Avere svolto le ore di insegnamento richiesto per accedere agli esami: minimo 100 ore in qualsiasi studio o palestra;
7. Aver svolto un minimo di ore di allenamento in personal con istruttore delegato da Fisicamente (ad ogni allievo verrà comunicato il numero di ore che dovrà svolgere da un minimo di 5 personal in su);
8. Aver consegnato alcuni video mentre l'allievo insegna (chiedi info a riguardo)
9. Aver superato un esame scritto e pratico; gli esami si svolgono di consueto a gennaio e a luglio a Roma; non c'è limite di tempo per accedere agli esami; si consiglia di farlo al massimo entro 3 anni dall'inizio del primo corso.

Dove si trova lo studio COREPILATES

Lo Studio COREPILATES si trova nel quartiere Cibali, proprio di fronte la tribuna B dello stadio Angelo Massimino vicino alla facoltà di Agraria e il Liceo Scientifico Principe Umberto, a 5 Km dalla Stazione Centrale – Piazza Giovanni XXIII e a circa 8 km dall'Aeroporto Internazionale Fontanarossa.

Lo studio si trova al secondo piano ascensorato di un edificio sito in Via Chisari 12, per chi proviene da Via Val di Savoia, l'edificio si trova quasi in fondo alla via sul lato sinistro. Dal cancello principale che dà sulla strada, si accede al vialetto che porta al secondo portone, c'è un'insegna non troppo in evidenza per la verità per chi percorre in auto la via suddetta ma perfettamente visibile a coloro che transitano a piedi. Sul citofono, esterno, sul primo portone che dà sulla via Chisari, c'è scritto Pilates, lì dovete suonare. Al secondo piano, sulla porta di ingresso allo studio, che si trova sulla sinistra finita la rampa di scale, c'è una targa con il logo e la dicitura CorePilates. Per quanto riguarda il parcheggio, è possibile parcheggiare gratuitamente sulla Via Chisari, in entrambi i lati. Nel caso non ci fosse posto, a circa 50 mt dallo studio c'è un primo parcheggio, sempre gratuito, proprio di fronte il liceo scientifico, e un secondo parcheggio gratuito, sulla stessa strada del primo, a circa 80 mt dallo studio. È comunque possibile parcheggiare gratuitamente anche sulla Via Val di Savoia, fronte Facoltà di Agraria.

COME ARRIVARE ALLA SEDE DEL CORSO:

[CLICCA QUI](#)

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.

DOVE DORMIRE

Lo Studio COREPILATES ha attivato una convenzione con il seguente B&B

B&B Kephale

Via Michele Cantone 41, int. 13

95123 Catania CT

Telefono 389 872 5955 oppure 327 307 6860

Vedi foto: www.kephale.it/home/

Prezzi per notte:

Camera matrimoniale o doppia: € 60,00

Camera matrimoniale uso singola € 45,00

Camera singola € 40,00

Camera tripla € 80,00

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

cell. 334 6987 023

tel. 06 5295 580 (al fisso soltanto di mattina 9,30 – 12,30)

email: formazione@fisicamentepilates.it

www.fisicamentepilates.it