

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

**Staff Fisicamente**

**REFORMER 1  
Corso di formazione per Istruttori Pilates**

**ROMA 9 - 10 febbraio 2019**

**scadenza promozione 21 gennaio 2019 !!**

**[Compila la scheda d'iscrizione](#)**

**ORARI**

**Sabato 9 febbraio** : check - in dalle ore 9,00 alle 9,45;  
corso 10,00 – 13,00 / 14,00 -18,00

**Domenica 10 febbraio**: corso 9 /13,00 – 14,00 /17

**NOTA:** gli orari potrebbero avere uno slittamento, in posticipo e chiusura della domenica, di 30 minuti. Gli orari definitivi verranno riconfermati una settimana prima del corso.

**SEDE**

SCUOLA DI FORMAZIONE FISICAMENTE viale Giulio Cesare 95 Roma  
(video citofono di destra int. 10 - scala DX - secondo piano)  
(vedi in basso info per come arrivare)

**COSTO**

**Costo in promozione entro il 21 gennaio** ( costo incluso manuale a colori redatto dalla Dott.ssa Anna Maria Vitali e attestato Fisicamente Formazione)

**Pagamento in quota unica:**

**€ 360,00 (€ 295,08 + iva) inviare la scheda on line e il bonifico entro il 21 gennaio**  
(anziché € 400,00 se saldi al check-in senza acconto )

**OPPURE**

**Pagamento in due quote:**

**€ 380,00 (€ 311,47 + iva) inviare la scheda on line e il bonifico entro il 21 gennaio**  
Acconto € 80,00 entro due giorni dall'invio della scheda.  
saldo € 300,00 al check-in.

(anziché € 400,00 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. Portate un block per appunti ed una penna. È vietato fare video o registrare audio.**

## **COSTO TIROCINIO**

Se hai già frequentato Reformer 1 nella sessione precedente puoi frequentare il modulo in qualità di allievo tirocinante al costo di € 183,00 (€ 150,00 + iva).

Se hai frequentato il corso per la prima volta prima di giugno 2017 e desideri ricevere il nuovo manuale redatto dalla Dott.ssa Anna Maria Vitali, si richiede un contributo di € 20 per la stampa del manuale.

Compila la scheda on line scegliendo l'opzione: RIPETE IL CORSO

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

## **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:**

- Il repertorio di Reformer 1 ;
- Manuali esaustivi in linea con gli attuali standard scientifici;
- Suggerimenti, assistenza e consigli per affrontare clienti con diversi livelli di abilità;
- 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 in gruppo , oppure 8 personal). Oppure vivamente consigliato se abiti a Roma: 12 ore in gruppo, oppure 5 personal, 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, soprattutto per chi non è istruttore di altre discipline motoree.

## **PER ISCRIVERSI**

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

B) oppure scarica la App gratuita “Fisicamente Formazione” cliccando qui:

<https://www.fisicamenteformazione.it/app>

C) [compila la scheda di iscrizione on line](#) nel sito da:

calendario corsi “Reformer 1 Roma”

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.

Una volta saldato al check-in, nel caso in cui l’allievo dovesse partire prima, non ha diritto a ricevere un rimborso, potrà chiedere di frequentare le ore perse dello stesso programma, tornando in una successiva occasione.

Per ulteriori informazioni lascia il tuo nome e un tuo recapito telefonico scrivendo a: [info@fisicamentepilates.it](mailto:info@fisicamentepilates.it)

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

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

oppure chiama Daniela 3346987023 oppure 065295580 (preferibilmente ore 9, 30 – 12,30) in agosto solo email o facebook: Fisicamente Daniela Vitali,

#### **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 troverai nel info nel nostro sito .](#)**

### ***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).

### **DOVE DORMIRE**

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 INFO Daniela Vitali - Fisicamente Formazione S.r.l.s. - info corsi - iscrizioni – eventi:**

lascia il tuo nome e un tuo recapito telefonico scrivendo a: [info@fisicamentepilates.it](mailto:info@fisicamentepilates.it)  
oppure chiama Daniela 3346987023 oppure 065295580 (preferibilmente ore 9,30 – 12,30)  
OPPURE whatsapp o FACEBOOK: fisicamente Daniela Vitali.