



PILATES 4U

CLASSICO E CONTEMPORANEO

SCUOLA DI FORMAZIONE COMPREHENSIVE

PILATES CLASSICO E CONTEMPORANEO

Professionisti 4° Livello A.P.P.I.

IL PERCORSO FORMATIVO

Il percorso formativo si suddivide in moduli.

(Ore totali di formazione: minimo 600)

- 3 livelli — BASICO / INTERMEDIO / AVANZATO per ogni coppia di apparatus (workshop di circa 2 giorni ciascuno) per gruppo di apparatus:
 - Mat – Reformer
 - Cadillac – Wall Unit
 - Chairs (Wunda, Electric, Arm Chair)
 - Barrels (Small Barrel, Ladder Barrel, Spine Corrector)
- 10 incontri da circa 2h00' per "in depth study" — approfondimenti monotematici (ad es. gravidanza, terza età, ecc.)
- Lezioni individuali, distribuite su case studies, per consolidare e verificare quanto appreso durante i workshop.
- Corso di anatomia (circa 16 h.), esclusi i partecipanti in possesso di laurea in Scienze Motorie triennale e magistrale, ISEF, laurea infermieristica o laurea in fisioterapia. In questi casi sono previste solo alcune ore di anatomia applicata ai casi e alla specificità della disciplina.
- Le ore di tirocinio saranno 40/50 a coppia di apparatus e/o livello, andranno quindi distribuite tra (Teaching, Practising, Observation)

PILATES 4U · SCUOLA DI FORMAZIONE

ESAMI E CERTIFICAZIONE

3 esami pratici	3 esami scritti
-----------------	-----------------

CERTIFICAZIONE

- Attestato di Completamento del corso Comprehensive (4° livello).
- Diritto di accesso, dopo un anno di insegnamento riconosciuto dalla scuola, all'Associazione Nazionale APPI (Associazione Professionisti Pilates Italia), riconosciuta dal MISE (Ministero Sviluppo Economico).

N.B. Dopo la certificazione è previsto un aggiornamento annuale obbligatorio, atto a garantire un adeguato aggiornamento e la preparazione degli insegnanti.

COSTI

25/30 LEZIONI INDIVIDUALI	50€ / 15 LEZIONI DI GRUPPO 20€
WORKSHOP	200€ cad. (totale 2400€)



PILATES 4U

CLASSICO E CONTEMPORANEO

25/30 LEZIONI INDIVIDUALI	50€ / 15 LEZIONI DI GRUPPO 20€
10 INSIGHT / CASE STUDIES	500€
3 ESAMI SCRITTI	150€
3 ESAMI PRATICI	300€ (BASICO 100€, INTERMEDIO 100€, AVANZATO 100€)
CORSO DI ANATOMIA	200€

TOTALE FORFAIT · 3.000€

Se pagato in un'unica soluzione anticipata (lezioni private e semi-private escluse).