

Con más de 15 años de experiencia y 28 ediciones realizadas en Valencia, Castellón, Alicante, Barcelona y Madrid.

Ruth García Jesuardo, fisioterapeuta y osteópata imparte este curso enfocado a fisioterapeutas con el objetivo de formar a este colectivo en un método muy efectivo como tratamiento, mantenimiento y prevención de muchas dolencias, lo que otorga a este curso una herramienta fundamental para cualquier fisioterapeuta.

Con esta formación de 100 horas se pretende formar al fisioterapeuta para que sea capaz de realizar tanto clases en grupo, como individuales así como poder utilizar los ejercicios en la clínica diariamente.

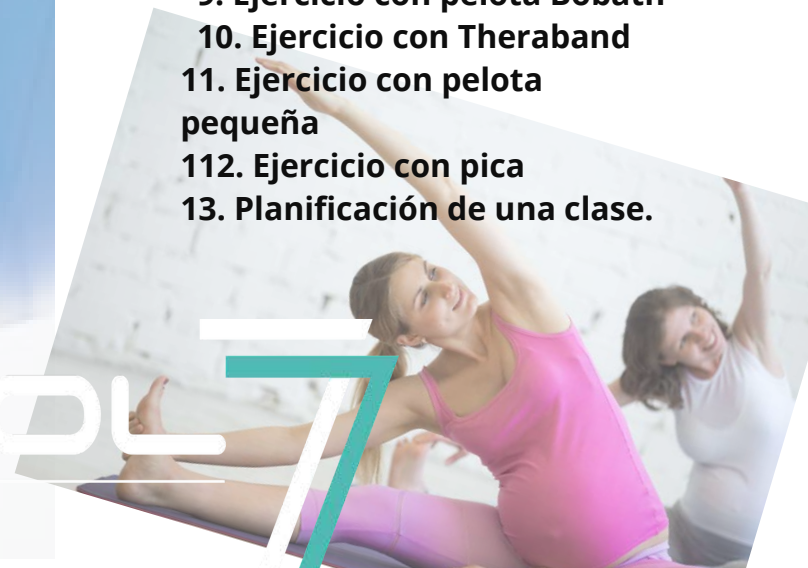
El Método Pilates se considera una "contología corporal" que estudia el movimiento preciso y correcto, para todo tipo de gente. Mezcla gimnasia oriental y occidental. Basado en conseguir la postura correcta previa a la ejecución del movimiento.

BODY CONTROL

FISIOTERAPIA & PILATES

1. **Introducción**
 - a. **Principios del Método Pilates**
 - b. **Beneficios del Método Pilates**
2. **Biomécanica del método pilates**
 - a. **La estabilidad de la columna vertebral (CORE)**
 - b. **Biomecánica de la cintura escapular**
 - c. **Biomecánica de la cintura pélvica**
 - d. **Los síndromes cruzados y los desequilibrios musculares**
 - e. **La respiración**
 - f. **La propiocepción**
3. **Posturología**
 - a. **Análisis postural (teoría y práctica)**
4. **Fisioterapia en el Método Pilates**
 - a. **Pilates en lumbálgias**
 - b. **Pilates es cervicálgias**
 - c. **Pilates en cifosis/dorso plano**
 - d. **Pilates en escoliosis**
 - e. **Pilates en artrosis**
5. **HIPOPRESIVOS**

6. **Pilates en el embarazo**
 - a. **Características generales**
 - b. **Primera etapa (0-12 semanas)**
 - c. **Segunda etapa (13-26 semanas)**
 - d. **Tercera etapa (27-40 semanas)**
 - e. **Preparto**
 - f. **Parto**
 - g. **Consejos para preparar el suelo pélvico**
 - h. **Ejercicios durante el embarazo**
7. **Pilates en el posparto**
 - a. **Suelo pélvico**
 - b. **Diastasis abdominal**
 - c. **Ejercicios en el posparto**
8. **Ejercicios pilates Matt (básico, medio y avanzado)**
9. **Ejercicio con pelota Bobath**
10. **Ejercicio con Theraband**
11. **Ejercicio con pelota pequeña**
12. **Ejercicio con pica**
13. **Planificación de una clase.**





Medidas de protección frente al covid-19

- Grupo reducido a 8-10 personas para poder mantener la distancia de seguridad.
- Purificadores de Aire con filtros EPA en el aula
- Se reduce la parte presencial y se impartirá una parte online (con todo el material audiovisual)
- Cada alumno se traerá su toalla.
- Desinfección de la sala y de los materiales que se utilizan

**Dirigido a Fisioterapeutas
o estudiantes de 4º de Fisioterapia**

**SEMINARIO I: 7-8 de Mayo 2021
SEMINARIO II: 4-5 de Junio 2021
SEMINARIO III: 2-3 de Julio 2021
+ 40 horas formación ONLINE
HORARIO: 9´00-19´00**

**PRECIO: 720 NO COLEGIADOS
600 EUROS COLEGIADOS
ICOFCV (-20%)**

**APUNTÁNDOSE CON 2 AMIGOS MÁS:
10% DE DESCUENTO**

*** Todo alumno que lo haya hecho el Curso de Pilates Terapéutico de 20 horas impartido a través del ICOFCV y quiera complementar su formación puede asistir a los seminarios II Y III más formación online por :
- 500 euros**



672391672

**www.bodycontrol7.com
bodycontrol7@gmail.com**

RESERVA PLAZA: Transferencia de 150 euros a: ES90 3159 0053 8323 9282 1910

CURSO INSTRUCTOR MÉTODO PILATES 100 HORAS



NUEVAS FECHAS

**IMPARTIDO POR:
RUTH GARCÍA JESUARDO
FISIOTERAPEUTA Y
OSTEÓPATA**

BODYCONTROL 7
FISIOTERAPIA & PILATES