

LIFE PILATES

S T U D I O



PILATES EDUCATION PROGRAM



PILATES EDUCATION PROGRAM

"PILATES, Actividad física para la salud"

Curso avalado por el Colegio Oficial de Fisioterapeutas de Canarias

Organiza:



Lugar: Tenerife (Los Cristianos)
Fecha: 02/11/2007
Precio: 750
Contacto: Sede de Santa Cruz de Tenerife
922 531314

Otros Contactos: LIFE PILATES. 922 75 19 17.
info@life-pilates.com

Fecha Límite de Matrícula: 15 OCTUBRE DE 2007

Lugar de celebración: Los Cristianos - Tenerife Sur

6 créditos (60 horas)

Nº de alumnos: 15 min / 25 max

PRECIO DEL CURSO: 750
Matrícula (Reserva) 150 . Antes del 15/10/2007 (Fecha Límite)

FORMA DE PAGO:

- PRIMER PAGO: Fecha de realización 22/10/2007
IMPORTE DEL INGRESO 300 €
- SEGUNDO PAGO: Fecha de realización 22/11/2007
IMPORTE DEL INGRESO 300 €

C.C. La Caixa de pensiones de Barcelona

BENEFICIARIO: LIFE PILATES

CONCEPTO: CURSO PILATES/ 11/07

Nº CUENTA 21 00 5908 41 02 00013519

LIFE PILATES

U
D
T
S

PILATES SUPONE UNA NUEVA REFLEXION PARA EL FISIOTERAPEUTA

La gran demanda existente en salud requiere profesionales que gestionen eficientemente el bienestar de nuestra comunidad.

La conciencia del cuerpo-mente, la correcta organización espacial y estructural para el movimiento es capaz de desarrollar la aptitud física y las capacidades.

Los tratamientos en ambientes familiares proporcionan confianza y estimulan la practica de habitos saludables que se traducirán en estilos de vida adecuados para el bienestar mente-cuerpo.

La increíble habilidad con la que se facilita el movimiento recupera la condicion fisica gracias a la actuacion con el mejor enfoque posible.

La facilitacion del movimiento através de las frases adecuadas, directas, sencillas, la estimulacion tactil que es el arte que desarrolla el fisioterapeuta en su practica y la galería de imágenes que hacen posible lo aveces imposible y que solo la mente resuelve al observar evidencias basadas en la experiencia.

Se abordan lesiones concretas haciendo comprender al paciente no solo el mecanismo de la lesion sino los efectos biomecanicos que se desencadenan a continuacion, atajandolos y recuperando con una rapidez absoluta la sensacion de salud.

Pilates es una fuente continua de aprendizaje para el fisioterapeuta que practica con el instrumental mejor diseñado hasta ahora. Te permitirá alcanzar tus metas como profesional, observar e investigar de forma sencilla y en un ambiente inmejorable de concentracion mental.

Te enseñaremos a sentir el bienestar para que puedas saber lo que vas a ofrecer a aquellos que se ponen en tus manos.

"La seguridad profesional aporta serenidad y esta se contagia en la energia suficiente para promocionar la salud.

Juan castellano
Fisioterapeuta



CON LA REALIZACION DEL CURSO CONSEGUIRA LOS SIGUIENTES OBJETIVOS:

1. Reconocer la importancia del ejercicio en la promoción de la salud.
2. Reconocer los mecanismos por lo cuales el ejercicio previene la enfermedad y ayuda al tratamiento de diferentes enfermedades crónicas (diabetes, hiperlipemias, etc.)
3. El alumno sabrá indicar los distintos modelos de ejercicio físico tanto en el sano como en el enfermo.
4. Evaluar la aptitud y la actividad física
5. El Manejo y aplicaciones de todo el instrumental Pilates.
6. Enfoque de los tratamientos.
Focalización y puntos claves de las técnicas.
7. Desarrollo de pautas y supervisión de los tratamientos en la postrehabilitación con el resto del equipo de profesional.
8. Conocimiento para Impartir sesiones de grupo en suelo y con el Reformer Allegro.
9. Poder Ofrecer protocolos a través de sesiones de grupo para tratar el área preventiva como cuidados de espalda u osteoporosis.
10. Manejo de escalas de valoración holísticas para la salud.
11. Manejo de software de evaluación y diagnóstico de la movilidad vertebral y la postura con instrumental por infrarrojos.
12. Desarrollo de marketing y publicidad adecuada de nuestra profesión para desarrollarnos en el mercado actual.
13. Gestionar eficientemente la salud de la comunidad y promocionarla.
14. Avanzar en el campo de la investigación.

El curso está dividido en tres seminarios:

FECHAS:

1^{er} Seminario: 2, 3 y 4 de Noviembre de 2007

2^º Seminario: 16, 17 y 18 de Noviembre de 2007

3^{er} Seminario: 30 de Noviembre, 1 y 2 de Diciembre de 2007

HORARIO:

1^{er} Seminario:

Viernes de 10:00 a 14:30 h. y de 15:30 a 19:00 h.

Sábado de 9:00 a 14:30 h. y de 15:30 a 19:00 h.

Domingo de 9:00 a 15:00 h.

2^º Seminario:

Viernes de 16:00 a 20:00 h.

Sábado de 9:00 a 14:00 h. y de 15:00 a 19:00 h.

Domingo de 9:00 a 15:00 h.

3^{er} Seminario

Viernes de 16:00 a 20:00 h.

Sábado de 9:00 a 14:00 h. y de 15:00 a 19:00 h.

Domingo de 9:00 a 15:00 h.

PROFESORES

Dr. Benjamín Fernández García. Especialista en Medicina del Deporte, actualmente es profesor de la escuela de medicina del deporte y del Dpto de morfología y Biología celular de la Universidad de Oviedo, y Profesor del master de alto rendimiento deportivo del comité olímpico Español. Experiencia profesional: Fue médico del programa ADO 92, Médico de equipos profesionales de ciclismo CLAS - CAJAASTUR y MAPEI-GB, Médico de la Real Federación Española de deportes de invierno.

En el campo científico ha realizado diversas publicaciones en revistas internacionales del ámbito de la Medicina del Deporte.

Juan Castellano. Fisioterapeuta especialista en actividad física y salud "Certified Practitioner of Pilates Rehabilitation" y Pilates Allegro por la Escuela Polestar Pilates Education(c) en Miami (USA). Actualmente es Director de Life Pilates® Educación para España y de Vital Life® Formador de formadores en el método Pilates, se ha convertido en una referencia como profesional en el área de la rehabilitación física.

PROGRAMA:

Primera parte

Temario general

1. Importancia del ejercicio físico para la salud.
2. Bases biológicas de la actividad física y del entrenamiento.
Cualidades físicas.
3. Ejercicio físico en la salud mental, cardiovascular, metabólica, músculo-esquelética, en el cáncer.
4. Prescripción del ejercicio físico para la salud.

Avance de contenidos específicos

1. Introducción.
2. Beneficios de la actividad física para la salud.
3. Bases biológicas de la actividad física y del entrenamiento.
4. Aptitud y evaluación de la actividad física.
5. El ejercicio en las principales patologías.
6. Características particulares en los diferentes tipos de población en relación con el ejercicio.
7. Hidratación y aspectos nutricionales en relación con el ejercicio físico.
8. Riesgos relacionados con la práctica de la actividad física.
9. Prescripción de ejercicio.

Clases Magistrales (Dr. Benjamín Fernández)

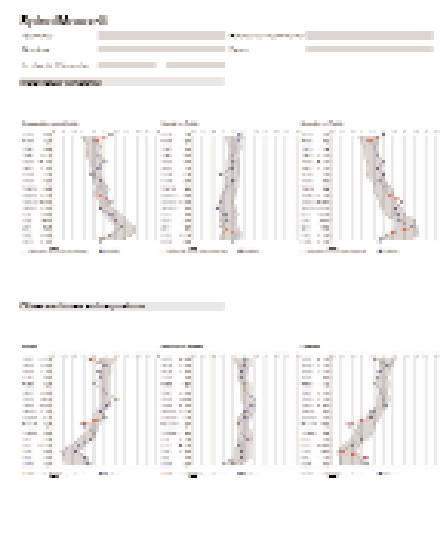
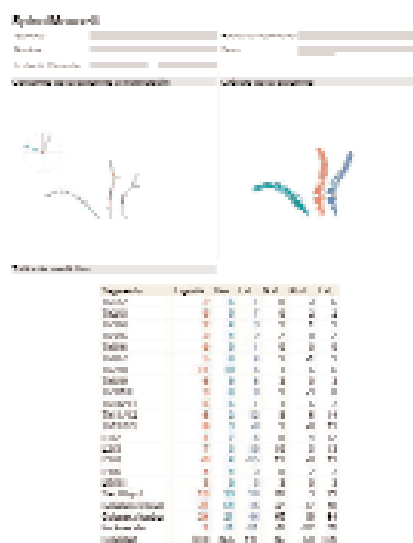
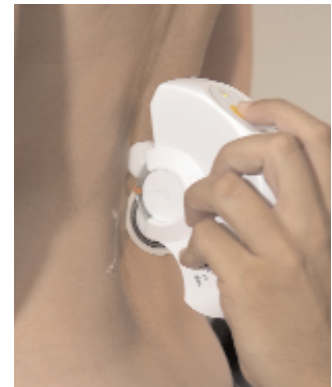
1. Diabetes y ejercicio físico.
2. Hiperlipemias y ejercicio físico.
3. Obesidad y ejercicio físico.
4. Cáncer y ejercicio físico.

Segunda parte

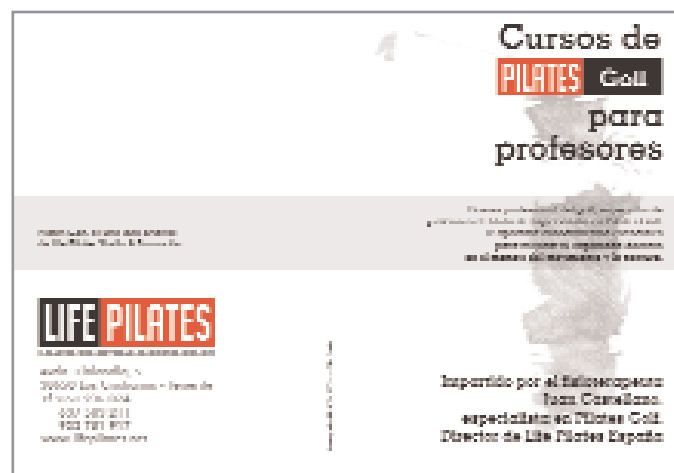
Pilates: Avances en Fisioterapia

Temario General

1. El método Pilates en el campo de actuación del fisioterapeuta.
2. Principios y fundamentos científicos del método Pilates.
3. Escalas de valoración holística. Sistema Nagi. Escala Vital Life(c).
4. Pilates mat. Suelo con accesorios de facilitación.
5. Casos clínicos de gran incidencia . Objetivación.
6. Prácticas en Pilates studio.
Aparatos: reformer, mesa trapecio, silla combo.
7. Introducción a las sesiones de grupo. Pilates allegro.
8. Evaluación de la columna vertebral por infrarrojos. Diagnósticos.
Realización de informes clínicos.
Comunicación con el especialista médico.



9. Protocolos avanzados de tratamiento. Algias vertebrales. Desviaciones del raquis en el plano sagital. La sencillez de usar el instrumental Pilates.
10. Gestión de la salud en nuestra comunidad. La salud en la comunidad de canarias.
11. Pilates Golf.



<p>1. INTRODUCCIÓN</p> <p>1.1. EL PILATES COMO HERRAMIENTA DE TRATAMIENTO</p> <p>1.2. EL PILATES COMO HERRAMIENTA DE PREVENCIÓN</p> <p>1.3. EL PILATES COMO HERRAMIENTA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD</p>	<p>2. EL PILATES COMO HERRAMIENTA DE TRATAMIENTO</p> <p>2.1. EL PILATES COMO HERRAMIENTA DE TRATAMIENTO</p> <p>2.2. EL PILATES COMO HERRAMIENTA DE TRATAMIENTO</p> <p>2.3. EL PILATES COMO HERRAMIENTA DE TRATAMIENTO</p>
--	---

12. Técnicas para ofrecer los diferentes servicios en las tres áreas. Prevención, tratamiento de la enfermedad y promoción de la salud
13. Marketing y medios de comunicación en salud.
14. Ensayos clínicos.
15. Promoción de la salud por medio de la actividad física.

Clases Magistrales: (Juan Castellano)

1. Galería de imágenes para la facilitación del movimiento: Pelvis, Columna y cuadrante superior.
2. Cavidad manométrica abdominal.