



Curso de Formação de Pilates Completo

“Nosso objetivo é formar instrutores que realmente saibam aplicar o método pilates para reabilitação e condicionamento físico.”

“Este curso é inovador no sentido de enfatizar o desenvolvimento individual e pessoal de cada instrutor”

Local de realização: Estúdios Viva Pilates

Avenida Dr. Heitor Penteado nº 841, Taquaral – Campinas/SP ou na
Rua Marcondes Salgado, 551 – Bosque – Campinas/SP

Duração:

O curso terá duração de 3 meses na carga horária estipulada.

Carga horária:

360 horas.

98 horas- Aula teórico/práticas.

24 horas – Aulas práticas (inclusas no valor do curso)

40 horas – Estágio obrigatório

200 horas – Estágio Opcional.

Investimento:

Valor do curso R\$ 3.980,00

Valor com desconto – à vista R\$ 3.680,00

Plano de parcelamento em até 10 X

- Podem participar do curso graduados e estudantes cursando o último ano em Fisioterapia, Educação Física, Enfermagem ou Terapia Ocupacional.
- Tenha feito 10 horas/aula prática com instrutores do Viva Pilates.

Conteúdo programático:

- Princípios do Método.
- Avaliação Física segundo os conceitos do método Pilates.
- Revisão anatômica em CD ROM a ser entregue no dia da inscrição do curso.
- Biomecânica dos Movimentos aplicada à prática de Pilates
- Estudos de caso.
- Planejamento de uma sessão de exercícios.
- Planejamento de tratamento (Estágios de Reabilitação).
- Dicas de condução, verbal, tátil e uso de imagens.
- Indicações e contra-indicações para prática de Pilates.
- Orientação completa quanto ao uso dos equipamentos e acessórios de Pilates: Trapézio, Reformer, Cadeira Combo, Ladder Barrel, Wal Unit, Bola, Fly Moon, Rolo, Flex Ring, Theraband, Body Bolster etc.
- Exercícios de Solo
- Exercícios com equipamentos (Trapézio, Reformer, Cadeira Combo, Ladder Barrel, Wal Unit) e acessórios (Bola, Fly Moon, Rolo, Flex Ring, Theraband, Body Bolster, etc).
- Abordagem Terapêutica com exercícios de Pilates para diversas patologias, tais como: Protusão e Hérnias de Discos, Osteoporose, Lombalgias, Cervicalgias, Desalinhamentos Posturais, Pós-cirúrgico de Joelho, Quadril, Tornozelo, Ombro e Coluna.
- Observações de como adaptar a prática de Pilates para Gestantes.

Informações Complementares:

- Os participantes receberão no ato da inscrição do Curso um CD ROM com a **Revisão Anatômica**.
- No Primeiro dia do Curso será entregue o material didático composto por apostilas com álbum de fotos.
- Será entregue uma carteira de instrutor aprendiz quando da conclusão do curso e um **certificado** quando da conclusão do estágio obrigatório e realização de avaliação final.

Informações sobre o procedimento para inscrição:

Enviar email para recebimento da ficha de inscrição para vivapilates@vivapilates.com.br. ou comparecer pessoalmente na Avenida Dr. Heitor Penteado nº 841 – Taquaral - Campinas/SP ou na Rua General Marcondes Salgado nº551 – Bosque – Campinas/SP.

Dúvidas pelos Telefones:

(019) 3252-2436 - 3308-2436- 3212-1329.

Informações pela internet:

Acesse www.vivapilates.com.br e busque pelo link “fale conosco”.

Instrutora:

Fisioterapeuta Dra. Márcia Priscila Dias da Silva

- Formação em Fisioterapia pela Universidade Tuiuti, em Curitiba – PR (1994).
- Formação em Reeducação Postural Global (RPG) - Estruturação Postural Integrada pela Fenafito - Federação Nacional Dos Fisioterapeutas e Terapeutas Ocupacionais -São Paulo – SP (2001).
- Especialista em Acupuntura pelo **CBF** - Centro Científico E Cultural Brasileiro de Fisioterapia e **Ceata** - Centro de Estudos de Acupuntura e Terapias Alternativas – São Paulo (2002).
- Instrutora de **Pilates** pelo Método Polestar Pilates Education para Reabilitação pela Physio Pilates Educação – São Paulo SP (2004).
- Curso de *POSTURAL BALL* pelo Centro Movimento de Estudos e Terapia (2005).
- Practitioner em Programação Neuro-Lingüística – Pelo Instituto Ordem e Progresso - São Paulo (2007).
- Fisioterapeuta e instrutora de Pilates no ESTÚDIO VIVA PILATES em Campinas - SP.

Márcia Priscila Dias é fisioterapeuta formada em **1995** na **Universidade Tuiuti, em Curitiba**.

Em **1997** mudou-se para Campinas, SP, onde trabalhou em consultório próprio desde então.

Após trabalhar em clínica de fisioterapia convencional desde a sua formação, passou a preocupar-se em tratar seus clientes com a visão holística, ou seja, considerar o ser humano como “um todo” indivisível e assim buscou especializar-se em técnicas com esse enfoque, iniciando com o estudo da **Acupuntura**, em **1999**, **RPG** (Reeducação Postural Global), **RMA** (Reprogramação Músculo Articular), **Terapias Energéticas** e **Quiropraxia**.

Praticante apaixonada de **pilates** desde o ano de **2000**, fez seu primeiro curso de Pilates em **2002**, ano em que inaugurou seu primeiro estúdio, na cidade de **Campinas** e desde então buscou aperfeiçoar-se na técnica

que tanto faz bem a seus alunos, já que é uma forma global de condicionamento físico e terapêutica ao mesmo tempo...

Especializou-se em pilates voltado para a **Reabilitação** no ano de **2004** pela **Physio Pilates Educação, Postural Ball (pilates com bola), Coluna Viva I e II** ministrada por Isabela Moody pela Physio Pilates em Salvador, BA.

Fez o **Update** Polestar for Rehab com **Alice Becker**, e o **Critical Reasoning I e II** in The Pilates Environment com **Brent Anderson** em **2007**.

Participou da 2ª Conferência Sul-Americana Physio Pilates / Polestar em Dezembro de 2007 na cidade Salvador, BA.

É Certificada internacionalmente pela **Polestar Education, USA**.

Sempre buscando estar atualizada, em 2009 fez o curso de **FLYMOON** com *Clara Trigo*, ano em que participou da **6ª Polestar International Conference**, realizada no Brasil, em Salvador, BA.

Ministrou palestras sobre pilates nas faculdades de Fisioterapia UNIP, PUCCAMP e FAC, bem como em empresas e institutos em Campinas e **ministra cursos de formação em pilates desde 2008**.

É membro integrante da **ABRAPI- ALIANÇA BRASILEIRA DE PILATES**.

Em fevereiro de 2009 inaugurou o 2º estúdio em Campinas, em frente a Lagoa do Taquaral, proporcionado saúde e bem estar para mais pessoas.