



JORNADAS TÉCNICAS DE ACTUALIZACIÓN (II)

Reciclaje para los Monitores Pilates



27, 28 y 29 de Mayo 2022

**Lugar: CORPORA PILATES. c/ Hermosilla 38, 1ºB. 28001-MADRID (Metro <Serrano>)
Tfno: 914261074**

Viernes 27 de Mayo, de 16 a 19 horas.

PILATES POST-COVID

- Patología Covid y PostCovid. Últimos estudios científicos.
- Pilates en el PostCovid: protocolos.

Sábado 28 de Mayo, de 10 a 17 horas.

PILATES EN LA ESCOLIOSIS

- Evaluación del cliente con Escoliosis
- Fundamentos de los ejercicios Pilates en la Escoliosis. Plan general.
 - Ejercicios en el Suelo, con Implementos y con Máquinas
 - Ejercicios específicos con Máquinas

Domingo 29 de Mayo, de 10 a 15 horas.

JORNADA SOBRE EL PSOAS

- Anatomía, Biomecánica y Exploración del Psoas.
- Patología del psoas ilíaco. Causas, síntomas y prevención.
- Ejercicios Pilates para el psoas: protocolos en mat, implementos y máquinas.

Inscripción: Plazas limitadas a 12 alumnos. Inscripción hasta completarlas. Tendrán prioridad las reservas del Curso completo.

1-Ingresar 30 euros como reserva del curso en la cta cte del BBVA ES08 0182 0947 28 0201541470 Resto al inicio del curso. Reserva de plaza no retornable salvo cancelación del Curso.

2-Remitir el nombre y tfno a cursos@corporapilates.com o llamando al 914261074 indicando las jornadas a la que te inscribes. Tendrán prioridad las reservas del Curso completo.

Precios:

-Viernes 4 marzo: 50 euros	}	Curso completo: 285 euros
-Sábado 5 marzo: 150 euros		
-Domingo 6 marzo: 125 euros		

La pandemia ha supuesto una gran convulsión en muchos aspectos, pero para nosotros no es el fin del mundo sino el inicio de uno nuevo!!.

Nuestros clientes y pacientes han pasado la experiencia mucho mejor que la población en general. Algunos pocos han contraído el Covid pero se han podido recuperar pronto, y con todos hemos desarrollado un protocolo de trabajo que mejora las condiciones preventivas o de las zonas postCovid que son más afectadas por el virus y por la respuesta inmunológica. Por ello lanzamos esta media Jornada del Viernes.

Pilates cuando está bien hecho ayuda a la Escoliosis, y cuando no lo está la puede empeorar. Lo primero es saber qué es lo que no hay que hacer con un paciente con Escoliosis. Lo segundo, conocer bien la movilidad de la columna y cómo influyen los ejercicios de Pilates en ella. Lo tercero, diseñar un plan saludable y efectivo que consiga al menos que no empeore y mantener la columna mejor alineada. Varios han sido los métodos propuestos para explicar y tratar la escoliosis. La experiencia del doctor Juan Bosco Calvo toma en cuenta los beneficios que estas técnicas han aportado y los implementa con la potencia de los ejercicios Pilates. Todo esto es lo que vamos a plantear en este Taller, como puntos fundamentales, porque el trabajo profundo con la Escoliosis requiere de mucha dedicación. Pero hay un planteamiento básico científico y basado en la evidencia y la experiencia que permite hacer un Pilates mejorativo y que se puede aprender en una Jornada Intensiva.

Finalmente, en la jornada del Domingo abordamos los puntos claves de la prevención y el tratamiento de un problema muy común y que bien planteado puede beneficiarse de los ejercicios adecuados y bien ejecutados del método Pilates: “el caso del Psoas”. Le llamamos “la lesión del Pilates” por su alta frecuencia entre los alumnos, los clientes y los monitores!. Aprendes unos protocolos y una metodología que funcionan.

Impartido por la **Lda. Laura Cabral**. Master Trainer Pilates.

Licenciada en Educación Física. Certificada en varias escuelas Pilates: Polestar, Body Arts, West Coast Pilates y Yogilates. Ha estudiado y recibido clases privadas con Romana Kryzanowska, Kathy Grant, Rael Isacowitz, Colleen Craig, Elizabeth Larkam, Kathy Corey, Moira Stott, Karen Clippinger, Marie Josep Blom,.....lo que le ha permitido conocer en profundidad los elementos básicos de cada ejercicio y las diferencias entre las escuelas. Es la responsable de la gran difusión que ha tenido Pilates en España. Dirige Corpora Pilates y coordina el Título Universitario en Pilates en la Universidad de Alcalá.



Prof. Dr. Juan Bosco Calvo. Médico.

Profesor Titular en la Facultad de Medicina, en la de Fisioterapia y en la de Ciencias del Deporte de la Universidad de Alcalá. Certificado en Pilates. Es la persona que trajo el método Pilates a España. Referente y creador junto a Laura Cabral del “Pilates Terapéutico” en España. Autor del éxito editorial del mismo título en la Editorial Médica Panamericana. Profesor de Biomecánica del Deporte, de Valoración Funcional del movimiento humano y de Anatomía Humana. Pionero mundial de la Medicina de la Danza. Invitado en numerosos Congresos y Reuniones internacionales. Dirige el Grupo de Investigación MECIMAE de la Universidad de Alcalá.