

Encuentro de Actualización para Instructores de Pilates

“Mirando hacia el Futuro”



Universidad
de Alcalá



Grupo de Investigación de la Universidad de Alcalá
Medicina y Ciencias del Movimiento y
de las Artes Escénicas



Mecimae

Universidad de Alcalá (Madrid), 26, 27 y 28 de Abril 2024



EDITORIAL MEDICA
panamericana

SANart
ESPACIO TERAPÉUTICO



efisioterapia

Información y Secretaría: 91 4261074

cursos@corporapilates.com

PROGRAMA

VIERNES 26 Abril: Facultad Ciencias de la Salud. Edificio Medicina. Campus	
16:00	Entrega Documentación
16:15	Apertura: "30 años de Pilates en España. Mirando al futuro"
16:30	PILATES y SALUD: -Evidencias de los efectos del Pilates en la Salud: ¿qué hay de cierto? -Pilates en el PostCovid -Suelo pélvico y Pilates: ¿qué hay de nuevo?
Pausa	
18:00	EI PSOAS: -El psoas teórico y el psoas real en directo: Teoría y Biomecánica del Psoas, Videos de Disección (y/o -(opcional- y en pequeños grupos) Disección real en cadáver. -Pilates para el Psoas: relajación, estiramiento, fortalecimiento y palpación.
19:30	Fin de la Jornada

SÁBADO 27 Abril: Polideportivo Campus (Pabellón Gala)	
09:30	Despertando con Pilates: Master Class en Mat por Laura Cabral
10:30	TON VOOGT y MICHAEL FRITZKE (USA) "La diversidad del Mat Clásico: las clases de Romana Kryzanowska" Conocerás en profundidad y con conocimiento histórico la versión adecuada de ejercicios del Mat clásico de Joe Pilates y las versiones adecuadas para cada cuerpo
11:45	Pausa
12:00	TON VOOGT y MICHAEL FRITZKE Taller Práctico Pilates Mat: "Estabilidad y Movilidad de la pelvis y la sacroilíaca"
13:30	Pausa Comida
15:00	LAURA CABRAL Taller Práctico Pilates en Mat (colchoneta) y con Implementos: "Pilates Fitness"
16:30	Pausa
16:45	TON VOOGT y MICHAEL FRITZKE Taller Práctico Pilates Mat: "Pilates para los Deportes"
18:30	Fin de la Jornada

DOMINGO 28 Abril: Polideportivo Campus (Pabellón Gala)	
10:00	LA ENSEÑANZA DEL PILATES: -Tendencias nacionales e internacionales en la Actividad Física y en Pilates. -Patologías del Monitor Pilates. -Pilates Clásico, Pilates Moderno y Pilates Terapéutico: ¿es Pilates o hay diferencias? -Bases del entrenamiento y su aplicación en la programación de las clases de Pilates. -Regulación oficial de la actividad profesional de Pilates: Cualificación del Monitor!! -Mesa debate: "El futuro del método Pilates: hacia dónde vamos"
12:15	Pausa
12:30	Monitorización, valoración y resultados de los ejercicios Pilates: -Cómo valorar los beneficios de Pilates: Electromiografía, Stabilizer, Pulsoxímetro, Plicómetro... -Presentación del Plan de Validación del Pilates con Corpora y afiliados al Plan. Taller AIREA: -Taller práctico sobre los beneficios de la respiración en los ejercicios Pilates,
13:15	Entrega de Diplomas de Asistencia,
13:30	Cierre del Encuentro

LUGAR DE REALIZACIÓN: Campus externo de la Universidad de Alcalá

Viernes 26 Abril: Facultad Ciencias de la Salud-Medicina, Campus Universidad Alcalá.

Sábado 27 y Domingo 28 Abril: Polideportivo Gala, Campus Universidad Alcalá.

Forma de llegar: (ver planos en la última página)

-Por Carretera: Autovía A-2 (Madrid-Barcelona). Salida 30, Dirección Hospital Príncipe de Asturias.

-En Tren Cercanías: C2 y C7. Apeadero Alcala Henares (luego Bus a Campus/Hospital) ó Universidad

-En Autobus desde Madrid: desde intercambiador Avda.América línea 229

PRECIO

Hasta el 1 de Abril: 315 euros (puedes abonar 165 € para reservar la plaza -no retornables salvo cancelación del Encuentro- y el resto 150 € al inicio del Encuentro)

A partir del 2 de Abril: 375 euros

Ingreso en la Cuenta Corriente del BBVA: **ES08 0182 0947 28 02015 41470**

Indicar solamente el Nombre del participante.

Enviar los datos: nombre, dirección y tfno a cursos@corporapilates.com o al 914261074.

Plazas limitadas por riguroso orden de inscripción.

PROFESORADO

Dirección:

Juan Bosco Calvo



Juan Bosco Calvo es doctor en Medicina, y profesor titular en la Facultad de Ciencias de la Salud (Medicina, Fisioterapia, y Ciencias del Deporte) de la Universidad de Alcalá. Diploma en Medicina del Deporte, en Medicina Manual y Ortopédica, Especialista y pionero de la Medicina de la Danza y de la Música, es la persona que trajo el método Pilates a España (1993) y asesor de la normativa para la regulación de la Cualificación Profesional en Pilates. Como Director de Movers-Encuentros de Técnicas y Terapias Corporales, promovió los inicios en España del Método Alexander, Feldenkrais, Eutonia, Imagery y Rolfing (desde 1987).

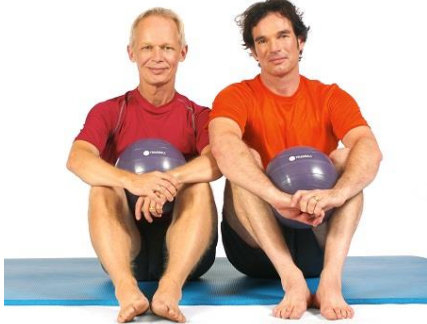
Autor del éxito editorial "Pilates Terapéutico" y coautor de "Pilates en el embarazo y posparto" (Editorial Médica Panamericana). Director del Grupo de Investigación de la Universidad de Alcalá MeCiMAE "Medicina y Ciencias del Movimiento y de las Artes Escénicas."

Laura Cabral



Laura Cabral es Licenciada en Educación Física y estudió en la Sportsschule de Köln (Alemania). Ha dirigido varios años la preparación física de deportistas en el Club San Juan y el Lawn Tennis Club de Buenos Aires, y el Canotieri Club de Roma. Directora de Marketing de "Muscle and Fitness". Asesora en Suplementación Deportiva. Imparte clases de Pilates desde 1997 y es Maestra invitada en varios países (Portugal, Uruguay, Perú, Venezuela, Colombia...). Responsable de la gran difusión del Pilates en España y Portugal. Coautora del libro "Pilates en el embarazo y posparto". Directora de Corpora Pilates.

Profesorado invitado USA (con traducción al español):
Michael Fritzke y Ton Voogt



Michael Fritzke y Ton Voogt son profesores de Pilates, presentadores, educadores, consultores e innovadores reconocidos internacionalmente, y viajan por el mundo compartiendo sus conocimientos y experiencias. Romana Kryzanowska les pidió que se convirtieran en Maestros de Maestros para su Programa Internacional de Certificación de Pilates original en The Pilates Studio™. Como formadores de profesores e instructores supervisores en el estudio de Pilates de Romana, capacitaron y guiaron a cientos de aprendices a través del programa de formación. Además de su trabajo en Pilates Studio, colaboraron con fisioterapeutas para integrar el método Pilates en programas con pacientes.

También crearon clases especializadas para mujeres con cáncer de mama y un calentamiento de Pilates Mat para el elenco del musical de Broadway "El Rey León".

Participantes de la UAH y externos:

Beatriz Muros (Vicedecana de CCAFYDE)

Ana Slocker. Profesora Titular y Directora de la Unidad Docente de Anatomía.

Mónica Grande. Fisioterapeuta. Profesora colaboradora.

Mauricio Hernández. Profesor Titular de Anatomía.

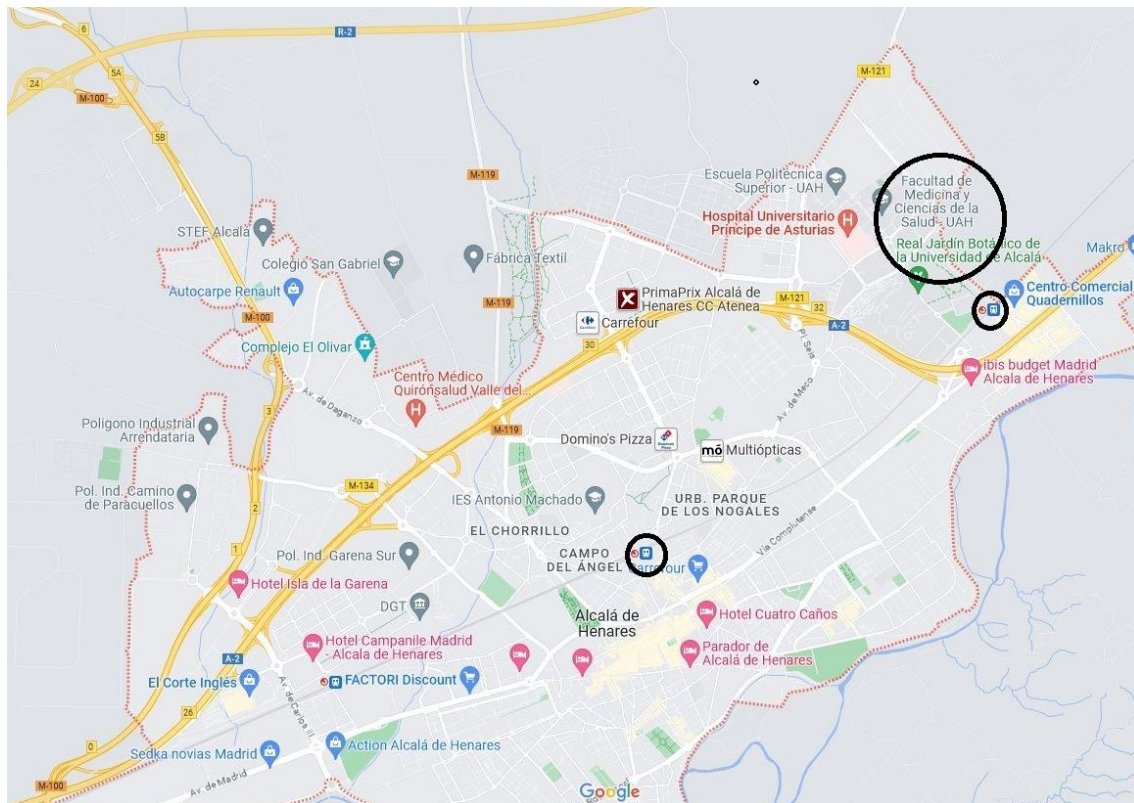
M^a del Mar Martín Alba. Presidenta Asociación Pilates Andalucía

Carolina Moya Cuenca. Presidenta Asociación de Pilates Castilla La Mancha

Alicia Palacín. Médica. Especialista en Urología. Hospital Príncipe de Asturias.

Juan Carlos Zapardiel. Licenciado Educación Física. Profesor Asociado CAFYDE.





Círculo Grande: Campus externo.

Círculos pequeños: apeaderos de Renfe



Facultad Medicina (Campus)



Polideportivo Gala, Campus

ALOJAMIENTOS EN ALCALÁ

HOSTAL DON JUAN I C/ Don Juan I, 9 Tfno: 918 833 484

HOSTEL COMPLUTUM Pza. de San Diego 2 (frente Rectorado) Tfno: 918 800 387 (posibilidad de habitaciones compartidas)

HOSTAL CUATRO CAÑOS C/ Divino Figueroa nº 10 Tfno: 918 813 844 / +34 676 123 365

HOSTAL COMPLUTENSE C/ Encomienda, 9, Tfno: 918 823 469

HOSTAL MIGUEL DE CERVANTES** C/ Imagen 12, Tfno: 918 831 277

HOTEL EL BEDEL*** Pza. San Diego 8 Tfno: 918 88 67 26

PARADOR DE TURISMO**** c/ Colegios 8 Tfno: 918 88 03 30

Desde la Universidad de Alcalá y Corpora Pilates nos complace anunciar este Encuentro para el 26 al 28 de Abril de 2024, con una reflexión sobre todo lo que ha evolucionado el método y la percepción social del mismo, y sobre todo las nuevas tendencias y alternativas de crecimiento que están ocurriendo para poner el foco en una

“Mirada hacia el futuro del Pilates”

Te esperamos