

2° OPEN DAY PILATES

REWIND, FORWARD!

MASTER CLASS 19HUNDRED MAT WORK /PILATESANDANCE

CONTENUTI DELLA GIORNATA OPEN DAY PILATES

Conoscere il Pilates significa averne una visione aperta e dinamica che consenta di creare lezioni coinvolgenti ed entusiasmanti per i propri allievi.

Nell'ambito dei propri scopi istituzionali e della specificità della propria metodologia didattica, l'Associazione 19Hundred a.s.d. intende incoraggiare lo scambio e la condivisione di "best practice" tra coloro che hanno ottenuto la certificazione 19Hundred Pilates Matwork.

19HUNDRED - OPEN DAY PILATES è una giornata dedicata ad attivare un "laboratorio creativo" per approfondire il livello di consapevolezza sul proprio fare, ma anche per dar vita ad un gruppo di lavoro e favorire lo scambio tra diverse modalità di insegnamento.

Obiettivo della giornata è quello di veicolare una formazione degli insegnanti maggiormente orientata a migliorare la qualità dell'offerta educativa, metodologica e didattica in un'ottica di sviluppo professionale continuo.

REWIND, FORWARD! per sviscerare tutte le qualità del Pilates negli ambiti più svariati.

La duttilità del Pilates ne ha fatto una disciplina estremamente varia che ha contaminato diversi settori: dal fitness alla fisioterapia. Noi di 19Hundred non perdiamo però di vista le origini, evidenziando le reali connessioni storiche che il Pilates ha avuto con la danza del '900 e le tecniche Graham, Humphrey e Horton, fino alle più recenti acquisizioni della biomeccanica del movimento e del post- rehab.

Quattro *Master Class* ed una *Lecture* tenute dai nostri Master Trainer e da Trainer certificati 19Hundred, che si sono distinti per competenza ed originalità della propria proposta didattica, sono l'occasione per uno scambio ed uno sviluppo professionale.

La giornata, dedicata all'aggiornamento professionale dei nostri Trainer, sarà aperta anche a tutti coloro che intendono approfondire e conoscere la metodologia 19Hundred.



Attività riservate ai soci Nineteen Hundred A.s.d.: se non sei ancora socio contattaci per avere informazioni

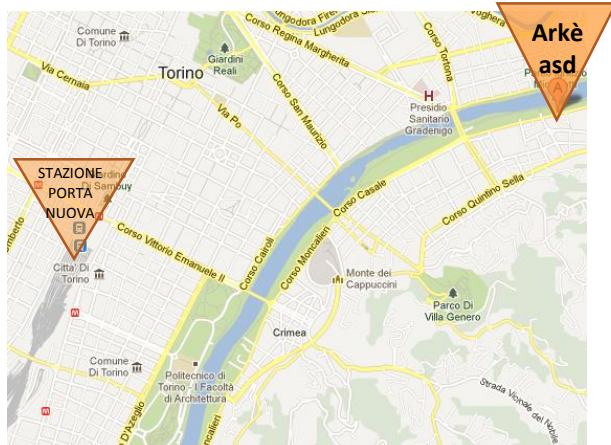
PROGRAMMA

Iscrizione:

- docenti certificati euro 80,00
- non certificati euro 100,00
- classe singola euro 35,00
- tessera associativa euro 20,00

10,00	Registrazione partecipanti e accoglienza		
11,00 – 11,45	Master class	Matilde Demarchi 19Hundred Master Trainer – TOTAL GYM® International Master Trainer	BRAID-BAND® by Matilde Demarchi Presentazione in esclusiva internazionale
12,00 – 12,45	Master class	Lucia Rondinella 19Hundred Pilatesandance Instructor - Percorso formativo Master Trainer – Danzatrice – Personal Trainer	Inside the circle La mancanza di angoli crea assenza di opposizioni, che si traduce in armonia
13,00 – 14,00	Pausa pranzo		
14,00 – 14,45	Lecture	Davide Deangelis Fisioterapista – Formatore – Personal Trainer	il Pilates come metodo riabilitativo e complementare al percorso terapeutico Come possono convivere il fisioterapista e l'istruttore di pilates? Quali sono le competenze, le similitudini e le integrazioni?
15,00 – 15,45	Master class	Sara Bruzzone 19Hundred Pilatesandance Instructor – Danzatrice – Personal Trainer	Imagine Evocare un movimento tramite l'immagine giusta, migliora, amplia e potenzia il movimento stesso
16,00 – 16,45	Master class	Stefano Borda Bossana 19Hundred Master Trainer - TOTAL GYM® Master Trainer	#34 In un caleidoscopio di proposte riavvolgiamo il nastro: "back to Contrology"
17,00 – 17,15	Conclusioni e chiusura lavori		
17,30	Tea Time		

Posti disponibili: **30** Per garantire la qualità didattica della giornata la disponibilità di posti è limitata. I posti saranno assegnati ad esaurimento in ordine cronologico di prenotazione.



Sede:

Arkè asd - Corso Casale 137 Torino
cel.: 335/8238481
cel.: 347/3008681

Autobus:

linee 61, 30, 66