

# MASTERPILATES

## CONVOCATORIA Madrid - Septiembre 2021

.....  
COMPREHENSIVE TEACHER TRAINING PROGRAM  
FORMACIÓN INTEGRAL

*Mat  
&  
Studio*

*Escuela de  
referencia en  
España*

*¡Te enseñamos  
a enseñar!*

DIRECTORAS: MABEL CABRERA Y LUISA CORE

[www.masterpilates.center](http://www.masterpilates.center)



CEC  
PROVIDER



# MASTERPILATES, Escuela de referencia en España

---



Joseph Pilates y  
Romana Kryzanowska



→ Romama Kryzanowska y  
Bob Liekens



→ Bob Liekens  
Mabel Cabrera y Luisa Core

## ● **COMPROMISO CON EL PILATES CLÁSICO: RIGOR, EXPERIENCIA**

**El programa de la Escuela MasterPilates está comprometido con la integridad del Pilates Clásico ideado por Joseph H. Pilates.**

Nuestro Curso respeta la Historia, los Principios y Filosofía del Método, implementando los conocimientos, evolución e investigación, de la biomecánica actual.

## ● **PROTOCOLO DE ENSEÑANZA: COHERENCIA, EXCELENCIA**

**Metodología de enseñanza: ¡Te enseñamos a enseñar!**

Nuestro Programa se diferencia en el mercado por implementar un protocolo de habilidad didáctica de enseñanza, que proporciona a los alumnos una comprensión global del método, convirtiendo su formación de Pilates en una larga y exitosa carrera profesional.

## ● **TUS OBJETIVOS, NUESTROS OBJETIVOS**

**MasterPilates, mucho más que un curso:** el número reducido de alumnos permite llevar a los alumnos a un nivel de competencia superior.

**Prácticas ilimitadas** a lo largo de toda la trayectoria del Curso de Formación.

**Reconocimiento y Posicionamiento** del título MasterPilates en el mercado laboral.

**Club Profesional MasterPilates:** Siente y vive la Escuela. La Formación Continua es la clave del éxito como profesional.

# A QUIÉN VA DIRIGIDO

---

- A todas las personas que quieran iniciarse en la Formación Profesional de Pilates.
- A aquellos profesionales de Técnicas de Movimiento (Feldenkrais, Yoga, Tai Chi, Bailarines...) interesados en sumar conocimientos y ampliar su cuota de mercado laboral.
- A profesionales del deporte (TAFAD, CAFYD...) interesados en conocer en profundidad el método Pilates para implementarlo en todas las variantes de actividad física, con el objetivo de mejorar el rendimiento y la técnica de los deportistas.
- A profesionales de la salud (Fisioterapeutas, Rehabilitadores, trabajadores sociales...) que quieran introducir el Método Pilates como herramienta complementaria de actividad física y de mejora de salud para sus pacientes.


## **SALIDAS LABORALES**

Pilates en estudios especializados

Pilates en centros fitness (gimnasios)

Pilates en clínicas y/o centros de rehabilitación

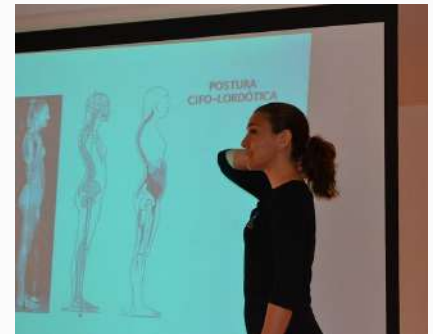
La calidad del programa de formación de MasterPilates combina el repertorio tradicional, con ejercicios contemporáneos basados en los avances más recientes en la ciencia del movimiento y disciplinas afines, ofreciéndote un amplio abanico de oportunidades laborales.



*"Te enseñamos a enseñar el Método Pilates"*

# ¿QUÉ INCLUYE EL PROGRAMA DE ESTUDIOS INTEGRAL?

- **110 horas lectivas presenciales**  
Explicación Teórico / Práctica de la Técnica.
- **5 Manuales** explicativos de la Técnica  
(fotos y teoría descripción de ejercicios)
- **Taller de Análisis postural y Diseño de clases según Necesidades individuales.**
- **Taller de Anatomía Básica aplicada al Método Pilates.**
- **Taller de Patologías más comunes.**
- **Taller de Poblaciones especiales.**
- **Prácticas** ilimitadas a lo largo de la trayectoria del curso.
- **Tutorías presenciales .**  
(Viernes de la escuela)
- **Tutorías On-line Personales.**  
(previa cita)
- **Teacher Trainers y/o tutores accesibles**  
Consulta y ayuda al estudio durante todo el proceso formativo.
- **Área del estudiante: Web.**  
Videos tutoriales exclusivos para nuestros estudiantes.
- **Tasas ordinarias de exámenes incluidas.**





# PLAN DE ESTUDIOS

- **1º fin de semana - 24, 25 y 26 septiembre'21**  
**Horas lectivas presenciales**

- **¿Qué es el Método Pilates?**
- **Principios y Filosofía del Método. J.H. Pilates**
- **MAT nivel básico**
- Metodología de MasterPilates
- - Uso de la Herramienta Verbal
- - Uso de la Voz y Ritmo
- **The Hundred**
- Explicación Técnica Mat Nivel Básico
- Prácticas: profesor / alumno en parejas y grupal
- Anatomía I



- **2º fin de semana - 22, 23 y 24 octubre'21**  
**Horas lectivas presenciales**

- **Presentación Mat & Studio - Básico**
- Clase Mat Nivel Básico
- Explicación Técnica: Reformer
- Prácticas
- Explicación Técnica: Cadillac / Wall Unit
- Prácticas
- Explicación Técnica: Wunda Chair
- Prácticas
- Anatomía II



- **3º fin de semana - 17, 18 y 19 diciembre'21**  
**Horas lectivas presenciales**

- **Presentación Mat & Studio Intermedio I**
- Clase Mat Nivel Intermedio
- Explicación Técnica Mat Nivel Intermedio
- Prácticas
- Explicación Técnica: Reformer
- Prácticas
- Presentación Magic Circle
- Prácticas



# PLAN DE ESTUDIOS

---

- **4º fin de semana - 11,12 y 13 febrero '21**  
**Horas lectivas presenciales**

- **Presentación Mat & Studio Intermedio II**
- Clase Mat Intermedio
- Explicación Técnica Cadillac
- Prácticas
- Explicación técnica Wunda Chair
- Prácticas
- Explicación técnica Barrels
- Prácticas
- Explicación técnica: **Traditional Ending** (ejercicios de Finalización Tradicional)
- Prácticas

- **5º fin de semana - 25 y 26 marzo 2021**  
**Horas lectivas presenciales**

- **Presentación Mat Avanzado**
- Explicación técnica: Mat
- Prácticas
- **Taller Análisis Postural**
- ¿Qué es la postura?
- Análisis postural estático / dinámico
- Directrices para el diseño de una clase según necesidades Individuales

- **6º fin de semana - 29 y 30 abril 2021**  
**Horas lectivas presenciales**

- **Presentación Mat & Studio Avanzado**
- Clase de Mat Avanzado
- Explicación técnica Mat
- Prácticas
- Explicación técnica: Reformer
- Prácticas
- Anatomía. Test evaluación

- **7º fin de semana - 20 y 21 mayo'21**  
**Horas lectivas presenciales**

- **Mat & Studio Avanzado**
- Clase Mat Nivel Avanzado
- Explicación técnica Cadillac
- Prácticas /
- Explicación técnica Wunda Chair
- Prácticas
- 1. **Taller Patologías comunes del aparato locomotor**
- 2. **Taller Poblaciones Especiales**
- Clausura horas lectivas



*"Mucho más que un curso"*

# ¿QUÉ ACREDITACIÓN SE OBTIENE?

- **Certificado de asistencia**

Todos los alumnos al completar las horas lectivas presenciales recibirá:  
CERTIFICADO DE ASISTENCIA DE HORAS LECTIVAS.

- **Certificado de Competencia: Diploma Profesor Profesional Pilates Mat & Studio**

El alumno obtiene el diploma tras completar y superar las evaluaciones correspondientes a cada nivel dictaminadas por la escuela.



## ¡PRIMER PASO INTERNACIONAL EN TU CARRERA!

El plan de estudios de MasterPilates está diseñado para obtener la certificación internacional

### Nationally Certification Program

<https://nationalpilatescertificationprogram.org/>

*Escuela MasterPilates: 100% de aprobados*

\*TALLER INCLUIDO EN EL PLAN DE ESTUDIOS, UNA VEZ EL ALUMNO HA OBTENIDO EL DIPLOMA DE MASTERPILATES



**CEC  
PROVIDER**



# PRECIO Y FORMAS DE PAGO

---

## FORMACIÓN INTEGRAL: MAT & STUDIO

COMPREHENSIVE PILATES TEACHER TRAINING

**2.975,21 € + 21% IVA (3.600 €)**

Matrícula: 900 € (antes del inicio del curso)  
+ 8 Cuotas mensuales de 337,50 € (de octubre a Marzo)

Inscripción  
antes  
del 22 de agosto:

**15% off**

Matrícula: 900 €  
+ 8 cuotas: 270 €

Inscripción  
antes  
del 12 de septiembre:

**10% off**

Matrícula: 900 €  
+ 8 cuotas: 292,50 €

## ESTUDIANTE BRIDGE

(Estudiantes con Certificación de MAT por la Escuela MasterPilates u otra Escuela de acreditación internacional)

\*La escuela se reserva el derecho de admisión del número de alumnos BRIDGE por convocatoria

**1.735,54€ + 21% IVA (2.100 €)**

Matrícula: 900 € (antes del inicio del curso)  
+ 8 Cuotas mensuales de 150 € (de octubre a Marzo)



**¡Consúltanos lo que necesites!**

**Tf. 34 646730678**





# INSCRIPCIÓN

1) Rellena el formulario. **Pincha aquí.**

2) Abona el importe de la Matrícula / reserva de plaza.

3) Envía el comprobante del pago realizado a [masterpilates.es@gmail.com](mailto:masterpilates.es@gmail.com)

La Escuela te confirmará vía mail tu plaza.

## **DATOS BANCARIOS: Banco Sabadell**

- **Nº cuenta:**

IBAN ES1800810085600002884390

- **Beneficiario:**

MasterPilates Formación S.L.

- **Concepto:**

Nombre + apellido y convocatoria septiembre 2021

*Envía tu justificante de pago a [masterpilates.es@gmail.com](mailto:masterpilates.es@gmail.com)*



# Club Profesional MasterPilates

*¡Tu Formación Continua!*



*"Once a student, always a student..."*

En MasterPilates entendemos que sólo cuando el Profesor de Pilates se mantiene en forma y en constante evolución, puede inspirar a sus alumnos.

**ACTIVIDADES:** Clases Mat Profesional, Formaciones Continuas, Seminarios monográficos, Maestros invitados Internacionales.



*Persigue tu  
sueño...*



*y conviértete  
en...*



*¡Un excelente  
profesional de  
Pilates!*



# DIRECTORAS DE LA ESCUELA

---



**Certified Teacher**  
**nº 10921**



**Mabel Cabrera**  
**Fundadora y Directora de MasterPilates**

- Certificada en Leader Education Advanced Program (LEAP) by Bob Liekens por la Escuela Internacional The Pilates Standard.
- Formada en USA como Teacher Trainer (Formadora de formadores) por Bob Liekens.
- Fundadora y Directora de MasterPilates.
- Fundadora y Directora técnica de Pilates Wellness and Energy.
- Seleccionada por la PMA en calidad de Mat Presenter en las convenciones de 2010 y 2008.
- Teacher Trainer certificada por la PMA (Pilates Method Alliance).
- Su bagaje en Pilates incluye numerosos Seminarios, Jornadas y Formaciones con los más prestigiosos profesores Internacionales: Gideon Avrahami, Bob Liekens, Susan Moran, Alan Herdman, Madeleine Black, Rebeca Leone, Rael Isakovich, Kyria Sabin, Deborah Lessen, Brent Anderson, Dawn-Marie Ickes, Sherri Betz, Peter Fiasca, Rebecca Rothstein entre otros e incluyendo los profesores llamados "Elders" como Lolita San Miguel y Ron Fletcher.
- Directora de los proyectos realizados con la Fundación Pilates: "Trastornos músculos esqueléticos en el sector de la Hostelería", Pilates y Cardiopatía, Pilates en la escuela, Pilates y Mastectomía...
- Diplomada en Danza por el Real Conservatorio de Danza de Madrid.
- Licenciada en Coreografía y Técnicas de Interpretación de la Danza.
- Bailarina Solista de Ballet Clásico en diversas compañías internacionales.
- Coordinadora Artística de Compañía Nacional de Danza (España)



**Certified Teacher**  
**nº 10922**



**Luisa Core**  
**Fundadora y Directora MasterPilates**

- Experto en Mujer y Deporte por la UPM.
- Certificada en Leader Education Advanced Program (LEAP) by Bob Liekens por la Escuela Internacional The Pilates Standard.
- Formada en USA como Teacher Trainer (Formadora de formadores) por Bob Liekens.
- Fundadora y Directora de MasterPilates.
- Fundadora y Directora de Wellness and Energy.
- Seleccionada por la PMA en calidad de Mat Presenter en las convenciones de 2010 y 2008.
- Teacher Trainer certificada por la PMA (Pilates Method Alliance).
- Su bagaje en Pilates incluye numerosos Seminarios, Jornadas y Formaciones con los más prestigiosos profesores Internacionales: Gideon Avrahami, Bob Liekens, Susan Moran, Alan Herdman, Madeleine Black, Rebeca Leone, Rael Isakovich, Kyria Sabin, Deborah Lessen, Brent Anderson, Dawn-Marie Ickes, Sherri Betz, Peter Fiasca, Rebecca Rothstein entre otros e incluyendo los profesores llamados "Elders" como Lolita San Miguel y Ron Fletcher.
- Bailarina especializada en Danza Española, titulada por la Escuela Profesional de Danza de Madrid.
- Ha trabajado con los mejores representantes de la danza española



# MASTERPILATES

