



# MASTERPILATES



**ITTAP**  
International Teacher Training  
Accreditation for Pilates

## CONVOCATORIA Las Palmas de Gran Canaria

**INICIO 25 de noviembre 2022**

**COMPREHENSIVE PILATES TEACHER TRAINING PROGRAM**

## FORMACIÓN INTEGRAL ESCUELA AVALADA POR LA PMA

**DIRECTORAS: MABEL CABRERA Y LUISA CORE**  
Tutora: Raquel Rodríguez

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

*Escuela de  
referencia en  
España*



RAQUEL RODRÍGUEZ  
**PILATES  
STUDIO**

**TF. 609 05 59 31**

**Paseo Tomás Morales, 18, Bajo Izq.  
35003 Las Palmas de Gran Canaria  
[raquelrodriguezpilates@gmail.com](mailto:raquelrodriguezpilates@gmail.com)**

# 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 de Fisioterapia
- Pilates en Centros de Terapias y Rehabilitación
- Pilates Entrenador personal

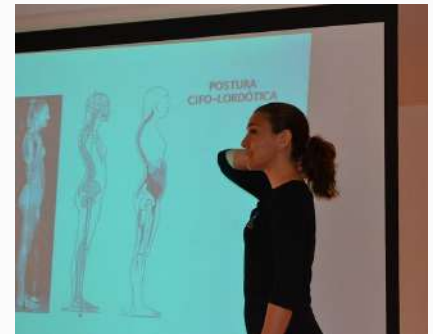
La calidad del programa de formación de MasterPilates combina el repertorio tradicional, con ejercicios contemporáneos basados en los avances más recientes en la ciencia del movimiento y disciplinas afines, ofreciéndote un amplio abanico de oportunidades laborales.



*"Te enseñamos a enseñar el Método Pilates"*

# ¿QUÉ INCLUYE EL PROGRAMA DE ESTUDIOS INTEGRAL?

- **120 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

25,26 y 27 noviembre '22

Horas lectivas presenciales

Técnica MAT Básico: 18 horas.

Tutorías: 2 h

Exámenes 2 h

Prácticas: 50 h.

- ¿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

16, 17 y 18 diciembre '22

Horas lectivas presenciales

Técnica Aparatos Básico: 18 h

Tutorías: 2 h

Exámenes: 2 h.

Prácticas: 50 h.

- **Presentación Mat & Studio I - 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

10, 11 y 12 febrero '23

Horas lectivas presenciales

Técnica Mat & Aparatos Intermedio: 18 h

Tutorías: 2 h

Exámenes: 2 h.

Prácticas: 60 h.

- **Presentación Mat & Studio II 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

14, 15 y 16 abril '23

Horas lectivas presenciales

Técnica Mat & Aparatos Intermedio: 18 h

Tutorías: 2 h

Exámenes: 2 h.

Prácticas: 70 h.

- **Presentación Mat & Studio 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

16, 17 y 18 de junio '23

Horas lectivas presenciales

Técnica Mat Avanzado: 18 h

Tutorías: 2 h

Exámenes: 2 h.

Prácticas: 50 h.

- **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
- **Taller Poblaciones Especiales**

## ● 6º fin de semana

7,8 y 9 julio '23

Horas lectivas presenciales

Técnica Aparatos Avanzado: 18 h

Tutorías: 2 h

Exámenes: 2 h.

Prácticas: 60 h.

- **Presentación Studio Avanzado**
- Clase Mat Nivel Avanzado
- Explicación técnica: Reformer
- Prácticas
- Anatomía. Test evaluación
- Explicación técnica Cadillac
- Prácticas
- Explicación técnica Wunda Chair
- Prácticas
- 1. **Taller Patologías comunes del aparato locomotor**

- **28 de octubre '23.** Examen final.  
Clausura Curso



### **Horario:**

Viernes: de 16.00h a 20.30h.

Sábado: de 9.30h a 18.00h.

Domingo: de 9.30h a 14.30h.

# ¿QUÉ ACREDITACIÓN SE OBTIENE?

- **Certificado de asistencia**

Los alumnos al cumplimentar las horas lectivas presenciales recibirá:  
CERTIFICADO DE ASISTENCIA DE HORAS LECTIVAS.

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

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



## ¡PRIMER PASO INTERNACIONAL EN TU CARRERA!

El plan de estudios de MasterPilates está AVALADO POR LA PILATES METHOD ALLIANCE para obtener la certificación internacional

### Nationally Certification Program

<https://nationalpilatescertificationprogram.org/>

*Escuela MasterPilates: 100% de aprobados*

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



# PRECIO Y FORMAS DE PAGO

---

## **ESTUDIANTE INTEGRAL: MAT & STUDIO COMPREHENSIVE PILATES TEACHER TRAINING**

**Matrícula: 900 €  
+ 8 Cuotas mensuales de 337,50 €  
(de Noviembre a Julio)**

**3.600€ (3.364,49 + 7% IGIC)**

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

**Matrícula: 900 €  
+ 8 Cuotas mensuales: 150 €  
(de noviembre a julio)**

**2.100€ (1962,62 + 7% IGIC)**

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

*Promoción Pronto Pago - 5% descuento  
Hasta el 25 de octubre 2022*



**¡Consúltanos lo que necesites!  
TF. 609 05 59 31**







## **INSCRIPCIÓN**

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

2) Abona el importe de la Matricula / 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.

**A ningún solicitante se le negará la admisión al curso por motivos de raza, origen nacional, color, credo, religión, sexo, edad, discapacidad, identidad de género u orientación sexual.**

### **DATOS BANCARIOS: Banco Sabadell**

- **Nº cuenta:** IBAN ES1800810085600002884390
- **Beneficiario:** MasterPilates Formación S.L.
- **Concepto:** Nombre + apellido / Convocatoria LAS PALMAS NOVIEMBRE 2022

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

#### **POLÍTICA DE CANCELACIÓN Y REEMBOLSO ANTES DEL INICIO DEL CURSO.**

- 4.1. En caso de producirse por parte de MasterPilates la cancelación antes del inicio del curso, MasterPilates procederá la devolución del 100% del importe satisfecho antes de la fecha prevista de inicio del Curso.
- 4.2. En caso de que el alumno no pudiera realizar la formación, MasterPilates procederá la devolución del 100% del importe pagado, siempre y cuando avise 15 días antes del comienzo de curso.
- 4.3. Pasado los 15 días, MasterPilates procederá la devolución del 100% del importe abonado menos 350€ (concepto de tasas administrativas).

#### **POLÍTICA DE CANCELACIÓN Y REEMBOLSO UNA VEZ INICIADO EL CURSO.**

- 5.1. En caso de que el alumno, una vez iniciado el curso, tenga que abandonar la formación, la cantidad abonada se quedará en depósito para poder incorporarse en las próximas convocatorias; el período de validez es de 2 años a contar desde el inicio de su formación.
- 5.2. En caso de que el estudiante haya finalizado el periodo de formación de su convocatoria y no haya finalizado sus exámenes, tiene el siguiente periodo para poder completar su formación:  
Comprehensive Teacher Training Program (Mat & Studio): 24 meses desde la fecha de inicio de su curso.
- 5.3. En situaciones especiales acaecidas y ajenas a la voluntad del estudiante, La Escuela acordará un plan de estudio específico para el estudiante.

# 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, Seminarios monográficos, Mentoring, Especializaciones, Maestros invitados Internacionales.



# 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

*Persigue tu  
sueño...  
y conviértete  
en...*



*¡Un excelente  
profesional de  
Pilates!*



**ITTAP**  
International Teacher Training  
Accreditation for Pilates