



**FORMACIÓN CONTINUA  
SEMINARIOS  
MADRID - 13 Y 14 DE ABRIL 2024**



**MAESTRA INVITADA  
GLORIA GASPERI**

**“REFORMER IN  
TWO WAY”**

**“IMBALANCES”**

**“JUMP ON THE  
BOAT & ROW”**

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

# Viernes 12

NEWS

ABOUT

RENTAL

CONTACT

## CLASES PRIVADAS

140 EUROS

Pedir cita - RESERVAS  
91 786 43 98 - Estudio  
MastePilates  
10,30 / 13,30 H.

## CLASES SEMI PRIVADAS (DE 2 A 3 PAX)

80 EUROS  
(PAX)

Pedir cita - RESERVAS  
91 786 43 98 - Estudio  
MastePilates

## CLASE MAT GRUPAL

20 EUROS  
(PAX)

**18,30 H.**

(MAX. 20 PAX)

RESERVA de plaza  
91 786 43 98 - Estudio  
MastePilates

### LUGAR DE CLASES : VIERNES 12



ESTUDIO  
MASTERPILATES  
C/ INFANTAS 40 1º B  
28004 Madrid



RESERVAS

91 786 43 98

Estudio MastePilates

**CLASES: \*PAGO EN EFECTIVO  
EN EL ESTUDIO**

# Sábado 13

## Reformer in two way...STRETCH!

10,30 / 13,30 H.

El objetivo de Pilates es educar al cuerpo para que se mueva de la manera más eficiente, creando el equilibrio entre estiramiento, fuerza y flexibilidad. Reforzando y armonizando los músculos internos.

Sólo estirar o sólo fuerza no es suficiente: tus músculos tienen que ser elásticos.

Tenemos que aprender a trabajar en dos direcciones diferentes y perfectamente equilibradas, conectado desde el centro.

## Imbalances

14,45 / 17,45 H.

Como profesores de Pilates, nos enfrentamos a trabajar con desequilibrios.

Gloria compartirá contigo su visión, experiencia, perspectiva sobre cómo utilizar las inmensas posibilidades que el Sistema proporciona.

Abordaremos diferentes tipos de desequilibrios: Confiar, utilizar y respetar el trabajo y los cuerpos de nuestro alumnado.

# Domingo 14

## Jump on the boat & Row

10,00 / 13,00 H.

La serie de **ROWINGS** en el reformer es una de las series más complicada de hacer adecuadamente.

Como cualquier otro ejercicio del sistema, se supone que debe ser un trabajo de cuerpo completo... Únete a Gloria en este taller para explorar esta serie, limpiarla, comprenderla, ver y sentir el trabajo global. ¡Descubrirás muchas conexiones con el resto del sistema!

**LUGAR DE LOS SEMINARIOS:  
SÁBADO 13 Y DOMINGO 14**



**THE PILATES CLUB  
C/ Gabriel Lobo 22  
28002 Madrid**

## ¿DÓNDE INSCRIBIRSE?

CLICK HERE

[WWW.MASTERPILATES.CENTER](http://WWW.MASTERPILATES.CENTER)

## Precio tres seminarios - 13 Y 14 Abril

160€

## Descuento por Pronto pago

15% DE DESCUENTO  
HASTA EL 31 DE MARZO INCLUSIVE

15%

## Código descuento

GLORIA15

## CLASES VIERNES - PREVIA RESERVA DE PLAZA



PRIVADA: 140€  
SEMI PRIVADA: 80€  
MAT GRUPAL: 20€

### LUGAR DE LOS SEMINARIOS: SÁBADO 13 Y DOMINGO 14

THE PILATES CLUB  
C/ GABRIEL LOBO 22  
28002 MADRID

### LUGAR DE LAS CLASES: VIERNES 12

MASTERPILATES  
C/ INFANTAS 40 1º B  
28004 MADRID

# Bio Gloria Gasperi

PILATES REPRESENTA PARA GLORIA LA CONEXIÓN PERFECTA ENTRE DOS GRANDES PASIONES: EL MOVIMIENTO Y LA EDUCACIÓN, LO QUE LA LLEVÓ A PRACTICAR NUMEROSOS DEPORTES A NIVEL COMPETITIVO Y A LICENCIARSE EN CIENCIAS DEL MOVIMIENTO CON ORIENTACIÓN EDUCATIVA. 30 H.

EN 2012 INICIA SU CAMINO EN VINTAGE PILATES EN LOS ÁNGELES, PROPIEDAD DE SANDY SHIMODA Y DIRIGIDA POR JAY GRIMES, QUIEN HA SIDO ALUMNO DE JOE Y CLARA PILATES. EN VINTAGE REALIZÓ EL MÁSTER "THE WORK" EN 2013 Y TUVO EL HONOR Y PRIVILEGIO, EN 2015, DE SER SELECCIONADA POR EL PROPIO JAY, JUNTO CON OTROS 11 COLEGAS DE TODO EL MUNDO, PARA "TEACHING THE WORK".

EL RESPETO POR LA OBRA ORIGINAL, LA IMPORTANCIA DE UTILIZAR EL MOVIMIENTO COMO HERRAMIENTA PARA SANAR Y EDUCAR A LAS PERSONAS, EL DESARROLLO DEL PROPIO INSTINTO, DE LA INTUICIÓN, ENCONTRAR TU PROPIA VOZ, ÚNICA Y PERSONAL, PARA DIFUNDIR EL MÉTODO, SON LAS ENSEÑANZAS DE JAY QUE CAPTÓ MAYORMENTE LA ATENCIÓN DE GLORIA Y QUE DESARROLLA DÍA A DÍA.

CONVENCIDA DE QUE COMPARTIR Y DIALOGAR SON LAS MEJORES HERRAMIENTAS PARA CRECER Y MANTENER VIVO EL TRABAJO ORIGINAL, GLORIA SIGUE ESTUDIANDO, APRENDIENDO Y COMPARTIENDO CON PROFESORES COMO JAY GRIMES, SANDY SHIMODA, KAREN FRISCHMANN, ALISA WYATT, CHRIS ROBINSON...

GLORIA TAMBIÉN TIENE EL HONOR DE SER PARTE DEL GRUPO DE PROFESORES DE PILATESOLOGÍA, EL SITIO WEB DE VIDEOS DE PILATES CLÁSICO MÁS RECONOCIDO DEL MUNDO.

PASIÓN, INTEGRIDAD, COMPROMISO, PLACER DE COMPARTIR Y HACER SENTIR BIEN A LAS PERSONAS SON LOS RASGOS DE SU ENSEÑANZA Y LAS MOTIVACIONES QUE LE PERMITEN SENTIR Y DIFUNDIR LA MAGIA DEL PILATES.