



Te damos la bienvenida a uno de los Programas de Formación de Profesores de Pilates más completos y actualizados del mercado. En nuestro CPTT (Comprehensive Pilates Teacher Trainig analizaremos todos los ejercicios, en todos los niveles (básico, intermedio y avanzado) y en todos los aparatos (Cadillac, Reformer, Wunda Chair, Ladder Barrel, Spine Corrector,... ).

Contamos con un equipo docente con una amplia formación y experiencia, y certificado por diferentes escuelas internacionales y por la PMA (Pilates Method Alliance).

Nuestros objetivos son; conseguir que nuestros estudiantes desarrollen las habilidades y destrezas necesarias para enseñar Pilates y proporcionar unos conocimientos completos y actualizados sobre la esencia y la técnica de este Método.

Un buen profesional del Método Pilates ha de saber enseñar, ha de entender el “por qué y para qué” de cada ejercicio y, en definitiva, ha de saber leer el cuerpo de cada cliente para adaptar los ejercicios a sus necesidades específicas.

INEX PILATES, ha desarrollado un Programa de Formación Integral completo y actualizado que aborda el estudio por niveles en los aparatos, con su técnica y su vocabulario. Para ello hemos elaborado 3 manuales completos, que forman parte del material didáctico de la formación.

El programa consta de 60 horas lectivas presenciales que se centran en la comprensión de la técnica de todo este trabajo de movimiento. Nuestro programa incluye una parte primordial para el entendimiento del Método que es, Anatomía aplicada al Método Pilates.

**NUESTROS PROFESORES ESTAN CERTIFICADOS POR LA PMA (PILATES METHOD ALLIANCE), ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL QUE TRATA DE REGULAR LAS FORMACIONES Y LOS PROFESIONALES DEL METODO PILATES.**



## JACOBO GOMEZ VAZQUEZ : DIRECTOR Y FORMADOR DE INEX PILATES

Tras más de 25 años dedicado al mundo del fitness, comienza su carrera deportiva profesional desde niño como competidor de élite en TaeKwon-Do, llegando a ser cinturón negro y participando en diferentes campeonatos a nivel regional y nacional. Especializado en el sector del fitness y de la salud, será uno de los más destacados profesionales del sector de las actividades dirigidas en Galicia, trabajando para diferentes escuelas de formación y llegando a ser presenter en diferentes convenciones nacionales e internacionales, siendo así formador de otros instructores.

En 2005 comienza su andadura en el Método Pilates, en estos 10 años se ha especializado tanto en el trabajo de Mat, como en el de Máquinas, ha recibido lecciones de los más grandes maestros como Ron Fletcher ,Lolita San Miguel, Bob Liekens, Alan Herdman, Gideon Avrahami, Kathy Corey, Peter Fiasca, Elena Bartley, Tracy Mallet, Michael Fritzke, Michael King, Ton Voog, Malcolm Muirhead, Samantha Wood, Patricia Medros, Rael Isacowitz, Kyria Sabin, Brooke Siler, Dorothee Vandewalle, Sandy Shimoda, Jean Cloude Nelson, Brett Howard o Alisa Wyatt. Viajando por todo el mundo, siempre, para poder acceder a los mas grandes profesionales del Método y así tener una formación íntegra y una visión mas amplia del mismo, llegando a entrenar en estudios tan prestigiosos como Bluebird Pilates Munich con Jean Cloude Nelson.

Actualmente es director técnico de SINGULAR WELLNESS CLUB y forma parte del equipo de instructores del portal web internacional TUPILATES.VIDEO dirigido por la gran maestra Elena Bartley.

Presenter de diferentes workshops y formaciones en todo el territorio español, Brasil, Mexico y Polonia.

En agosto de 2015 y tras varios años trabajando como docente para otras escuelas y organizaciones, nace INEX PILATES . Como director y docente de esta escuela de formación , ha querido fusionar lo mejor de todas las escuelas y maestros con los que se ha formado, obteniendo certificaciones internacionales tan importantes como PMA (Cerificado nº 12182), Pilates Center of las Vegas (Elena Bartley), Basi Pilates (Rael Isacowitz), MasterPilates ( Mabel Cabrera y Luisa Core), Fletcher Pilates (Kyria Sabin) y MASTER DE PILATES LEAP (Leading Education Advancement Program) con el maestro Bob Liekens.



Para obtener nuestra certificación , es necesario completar con éxito un examen final, teórico y práctico donde se valorará la destreza del estudiante como profesor y como ejecutante, así como el entendimiento teórico del Método Pilates.

Las fechas estipuladas para la formación son las siguientes:

6 – 7 JULIO 2019 2019

3 – 4 AGOSTO 2019

7 – 8 SEPTIEMBRE 2019

2 – 3 NOVIEMBRE 2019

INEX PILATES se reserva el derecho de cambiar las fechas estipuladas durante el curso por cuestiones de agenda, en este caso, se comunicará a los asistentes con antelación y se darán diferentes opciones para la recuperación de las mismas.

#### **POSIBILIDAD DE REALIZACIÓN DE LAS PRÁCTICAS EN EL ESTUDIO-SEDE:**

**Los dos últimos meses antes de la prueba final, el alumno podrá disponer gratuitamente de las instalaciones de SINGULAR, un día a la semana, durante 2 horas (horario y día flexibles) para repasar, estudiar y practicar los contenidos de la formación.**

#### Horario del curso

Sábado 10:00 a 14:00 y 15:00 a 19:00

Domingo 10:00 a 17:00

## **ESTRUCTURA DEL PROGRAMA – DESARROLLO DE CONTENIDOS**

### 1º FIN DE SEMANA

- SESIÓN PRÁCTICA DE MAT
- REPERTORIO DE REFORMER: TÉCNICA Y EJECUCIÓN
- PRUEBAS COMO PROFESOR

### 2º FIN DE SEMANA

- SESIÓN PRÁCTICA DE MAT
- REPERTORIO DE REFORMER
- REPERTORIO DE CADILLAC
- PRUEBAS COMO PROFESOR

### 3º FIN DE SEMANA

- SESIÓN PRÁCTICA DE MAT
- REPERTORIO DE CADILLAC
- REPERTORIO DE CHAIR
- PRUEBAS COMO PROFESOR

### 4º FIN DE SEMANA

- SESION PRACTICA DE MAT
- REPERTORIO EN SPINE CORRECTOR
- REPERTORIO EN LADDER BARREL
- PRESENTACION DE LOS PROPS HISTORICOS
- PRUEBA FINAL

## **PRECIO Y MODALIDAD DE PAGO**

### **PONTE EN CONTACTO CON NOSOTROS PARA INFORMARTE SOBRE EL PRECIO DEL CURSO. TENEMOS UNA FINANCIACION A TU MEDIDA.**

- Pago al contado (todo junto antes del comienzo del curso), con el que se aplica un descuento del 5%, sobre la tarifa general.
- Pago fraccionado, entregando como reserva de plaza 250 euros del total antes del comienzo del curso, quedando repartido el resto de la tarifa en 3 cuotas, haciéndolas efectivas en los tres primeros meses de la formación. Estos pagos, se efectuarán cada fin de semana de formación (efectivo o tarjeta) o mediante transferencia bancaria siempre antes de las fechas estipuladas de cada mes. Obligatoriamente el pago total de la tarifa estipulada tendrá que estar abonada antes de que finalice la formación.
- En caso de abandono de la formación por el estudiante, INEX PILATES no devolverá el importe de los pagos realizados hasta la fecha del abandono y en el caso de “pago al contado” solo se devolverá el importe proporcional desde la fecha del abandono hasta la fecha de finalización del curso.
- En caso de no poder asistir a alguna de las fechas estipuladas durante el curso, INEX PILATES se pondrá en contacto con el estudiante para que recupere la fecha perdida, durante la siguiente convocatoria del curso. Esta recuperación será gratuita.
- Solo se podrá perder por no asistencias justificadas un 20% de las 60 horas totales del curso quedando pendiente la entrega del certificado una vez que estas horas estén totalmente recuperadas.
- Los estudiantes de anteriores convocatorias, podrán repetir la formación gratuitamente siempre que quieran previa autorización de INEX PILATES. Esta posibilidad dependerá de la disponibilidad de plazas en la actual formación.
- **PROTECCION DE DATOS**  
INEX PILATES informa a los usuarios de que sus datos personales o imágenes, no serán cedidos a terceras organizaciones, con la salvedad de que dicha cesión de datos este amparada en una obligación legal o cuando la prestación de un servicio implique la necesidad de una relación contractual con un encargado de tratamiento. En este último caso, solo se llevará a cabo la cesión de datos o imágenes al tercero cuando INEX PILATES disponga del consentimiento expreso del usuario, previa firma de un documento que así lo acredite.

**NÚMERO DE CUENTA PARA REALIZAR LAS TRANSFERENCIAS**

ES27 2038 4020 9460 0016 4009

BANKIA      BENEFICIARIO: JACOBO GOMEZ VAZQUEZ  
EN ASUNTO INDICAR: "PAGO FORMACIÓN INEX" + NOMBRE DEL ESTUDIANTE

Más información en [www.inexpilates.com](http://www.inexpilates.com) .  
[jacobogomezvazquez@hotmail.com](mailto:jacobogomezvazquez@hotmail.com)  
Tel. 677 473 744

**ESTUDIO- SEDE :**

**SINGULAR**  

---

*women fitness club*

C/ Álvaro Cunqueiro nº4 (Vigo)

