

# Experto Universitario

## Monitor de Pilates

Avalado por la NBA



**tech**  
universidad



## Experto Universitario Monitor de Pilates

- » Modalidad: No escolarizada (100% en línea)
- » Duración: 6 meses
- » Titulación: TECH Universidad
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: [www.techtitute.com/ciencias-del-deporte/experto-universitario/experto-monitor-pilates](http://www.techtitute.com/ciencias-del-deporte/experto-universitario/experto-monitor-pilates)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Dirección del curso

---

*pág. 12*

04

Estructura y contenido

---

*pág. 18*

05

Metodología

---

*pág. 24*

06

Titulación

---

*pág. 32*

# 01

# Presentación

La progresión del Pilates y su integración en diferentes instalaciones deportivas y sanitarias ha extendido su popularidad, especialmente dados sus beneficios en mujeres embarazadas y pacientes neurológicos. Por esta razón, son cada vez más los profesionales del Deporte que deciden ampliar su campo de acción y especializarse en este Método. Por esta razón, TECH ha desarrollado esta titulación 100% online, que lleva al egresado a realizar una completa puesta al día sobre esta actividad física, el perfeccionamiento de los equipamientos utilizados y el abordaje de diversas patologías con diferentes ejercicios, sus indicaciones y contraindicaciones. Todo ello, con recursos didácticos de alta calidad, accesibles las 24 horas del día, desde cualquier dispositivo electrónico con conexión a internet.



“

*Con TECH actualizarás tus competencias como Monitor de Pilates, sus técnicas y ejercicios más eficientes para el adecuado entrenamiento físico”*

En el campo de las Ciencias del Deporte, se ha observado un creciente interés en el papel del Pilates como una herramienta efectiva para mejorar la salud y el bienestar de mujeres embarazadas y en pacientes con patologías musculoesqueléticas. Por esta razón, la figura del instructor de Pilates se convierte en un elemento clave para abordar diferentes problemáticas desde una disciplina que se ha consolidado en el transcurso del tiempo.

De este modo, un entrenador físico actualizado en las técnicas usadas por los monitores de Pilates podrá adaptar ejercicios específicos para mujeres en estado de gestación o bien adecuar cada una de ellas a deportistas en proceso de recuperación de lesiones. En este contexto, TECH ha desarrollado este Experto Universitario diseñado para garantizar a los especialistas una actualización completa en el campo del Monitor de Pilates.

En este sentido, se ofrece una amplia puesta al día en los ejercicios idóneos para cada etapa del embarazo, así como en los cambios en la estática corporal durante este periodo. Además, se abordarán los problemas más frecuentes que pueden surgir durante el embarazo, indicando los ejercicios recomendados y las contraindicaciones pertinentes para una atención segura y efectiva. Asimismo, ampliará sus conocimientos en patologías del Sistema Nervioso y su relación con la implementación del Pilates.

De igual manera, la titulación se ofrece en modo 100% en línea, lo que le permitirá al experto realizar su actualización sin dejar de lado sus actividades cotidianas, ya que no tendrá que adaptarse a un horario estricto. Asimismo, esta metodología implementada por TECH, se combina con el sistema *Relearning*, que le asegurará recordar los conceptos de manera más fácil y eficiente. Todo esto junto en una biblioteca virtual a la cual se accederá, el alumnado sin restricciones de horario. Además, tomara parte del conocimiento más profesional impartido por un docente de reconocimiento mundial mediante una serie de *Masterclasses* exclusivas.

Este **Experto Universitario en Monitor de Pilates** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Fisioterapia y Pilates
- Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



*Profundizarás en patologías del Sistema Nervioso y en la implementación de las bondades del Pilates tomando parte de unas Masterclasses exclusivas y dirigidas por un docente internacional”*

“ *Realizarás valoraciones de fuerza, test y escalas en patologías neurológicas con el fin de ejecutar los ejercicios adecuados en el Pilates”*

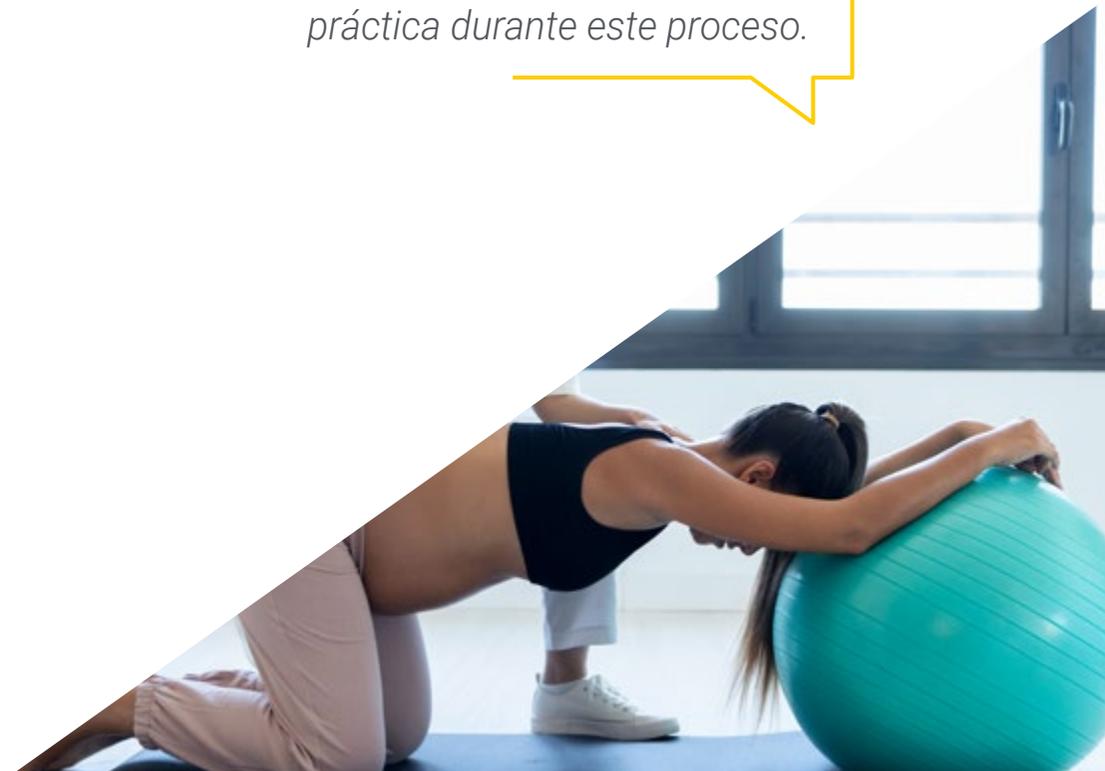
El programa incluye en su cuadro docente a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

*Implementarás en tu práctica profesional los ejercicios indicados para el tercer trimestre durante el embarazo.*

*Con este programa ahondarás en la fase de dilatación y expulsión del embarazo y los ejercicios adecuados para una buena práctica durante este proceso.*



# 02

## Objetivos

La finalidad de este programa no es más que la de actualizar los conocimientos del entrenador físico acerca de las técnicas usadas por el Monitor de Pilates. En este sentido, este plan de estudios le permitirá profundizar en los ejercicios específicos para cada etapa del embarazo, identificar las principales alteraciones de cada patología y enfrentarlas mediante ejercicios fundamentados en esta disciplina física. Es por esto que, para llegar a este objetivo TECH ha creado este Experto Universitario, el cual le ofrece al especialista la posibilidad de acceder en cualquier momento y lugar a su contenido, desde un dispositivo digital con conexión a internet.



“

*Abordarás la incontinencia urinaria de manera efectiva mediante la implementación de las técnicas más precisas de Pilates”*



## Objetivos generales

---

- ♦ Potenciar el conocimiento y las competencias profesionales de la práctica y la enseñanza de los ejercicios del método Pilates en suelo, en las diferentes máquinas y con implementos
- ♦ Diferenciar las aplicaciones de los ejercicios Pilates y las adaptaciones a realizar para cada paciente
- ♦ Establecer un protocolo de ejercicios adaptados a la sintomatología y patología de cada paciente
- ♦ Delimitar las progresiones y regresiones de los ejercicios en función de las distintas fases en el proceso de recuperación de una lesión
- ♦ Evitar los ejercicios contraindicados en función de la valoración previa realizada a los pacientes y clientes
- ♦ Manejar en profundidad los aparatos utilizados en el Método Pilates
- ♦ Aportar la información necesaria para ser capaz de buscar información científica y actualizada de los tratamientos con Pilates aplicables a las diferentes patologías
- ♦ Analizar las necesidades y mejoras de equipamiento Pilates en un espacio terapéutico destinado al ejercicio Pilates
- ♦ Desarrollar acciones que mejoren la efectividad de los ejercicios Pilates basados en los principios del método
- ♦ Realizar de manera correcta y analítica los ejercicios basados en el Método Pilates
- ♦ Analizar los cambios fisiológicos y posturales que afectan a la mujer embarazada
- ♦ Diseñar ejercicios adaptados a la mujer en el transcurso del embarazo hasta el parto
- ♦ Describir la aplicación del Método Pilates en deportistas de alto nivel





## Objetivos específicos

---

### Módulo 1. Pilates durante el Embarazo, Parto y Postparto

- ♦ Diferenciar las distintas fases del embarazo
- ♦ Determinar ejercicios específicos para cada fase
- ♦ Orientar a la mujer durante el embarazo, parto y postparto

### Módulo 2. Patología general y su tratamiento con Pilates

- ♦ Dominar características de cada patología
- ♦ Identificar las principales alteraciones de cada patología
- ♦ Abordar las alteraciones mediante ejercicios basados en el Método Pilates

### Módulo 3. El gimnasio Pilates

- ♦ Describir el espacio donde se realiza Pilates
- ♦ Estar al tanto de las máquinas para hacer Pilates
- ♦ Exponer protocolos y progresiones de ejercicios

“

*Incorporarás en tus entrenamientos físicos, máquinas especializadas en el Pilates como el Reformer, Cadillac y aro flexible”*

# 03

## Dirección del curso

TECH ha elegido para esta titulación a profesionales destacados en los ámbitos de la Fisioterapia con una consolidada trayectoria en el campo del Método Pilates. Así, los entrenadores físicos tendrán la oportunidad de acceder a un programa vanguardista creado por verdaderos referentes en este ámbito. De esta manera, la institución ofrece a los profesionales una experiencia de actualización única con destacados especialistas en el área, que han elaborado un temario con información reciente y bajo el máximo rigor científico.





“

*Gozarás del mejor cuadro docente especializado en Método Pilates con el que tendrás una puesta al día sobre la prevención de errores al utilizar máquinas para esta disciplina”*

## Director Invitado Internacional

El Doctor Edward Laskowski es una figura destacada internacional en el campo de la **Medicina Deportiva** y la **Rehabilitación Física**. Certificado por la **Junta Estadounidense de Medicina Física y Rehabilitación**, ha sido una parte integral del prestigioso personal de la **Clínica Mayo**, donde se ha desempeñado como **Director del Centro de Medicina Deportiva**.

Asimismo, su experiencia abarca una amplia gama de disciplinas, desde la **Medicina Deportiva**, hasta el **Fitness** y el **Entrenamiento de Fuerza y Estabilidad**. Así, ha trabajado en estrecha colaboración con un equipo multidisciplinario de especialistas en **Medicina Física, Rehabilitación, Ortopedia, Fisioterapia y Psicología Deportiva**, para proporcionar un enfoque integral en el cuidado de sus pacientes.

Igualmente, su influencia se extiende más allá de la **práctica clínica**, ya que ha sido reconocido **nacional e internacionalmente** por sus contribuciones al mundo del **deporte** y la **salud**. De esta forma, fue nombrado por el presidente **George W. Bush** para el **Consejo del Presidente sobre Aptitud Física y Deportes**, y galardonado con un **Premio de Servicio Distinguido del Departamento de Salud y Servicios Humanos**, subrayando su compromiso con la promoción de **estilos de vida saludables**.

Además, ha sido un elemento clave en **eventos deportivos** de renombre, como los **Juegos Olímpicos de Invierno (2002)**, en **Salt Lake City**, y el **Maratón de Chicago**, proporcionando **atención médica** de calidad. A esto hay que sumar su dedicación a la **divulgación**, que ha quedado reflejada en su extenso trabajo en la creación de **recursos académicos**, incluido el **CD-ROM** de la **Clínica Mayo** sobre **Deportes, Salud y Fitness**, así como su papel como **Editor Contribuyente** del libro **"Mayo Clinic Fitness for Everybody"**. Con una pasión por desterrar mitos y proporcionar información precisa y actualizada, el Doctor Edward Laskowski continúa siendo una voz influyente en la **Medicina Deportiva** y el **Fitness** mundial.



## Dr. Laskowski, Edward

---

- Director del Centro de Medicina Deportiva de la Clínica Mayo, Estados Unidos
- Médico Consultor en la Asociación de Jugadores de la Liga Nacional de Hockey, Estados Unidos
- Médico en la Clínica Mayo, Estados Unidos
- Miembro del Policlínico Olímpico en los Juegos Olímpicos de Invierno (2002), Salt Lake City
- Especialista en Medicina Deportiva, Fitness, Entrenamiento de Fuerza y Entrenamiento de Estabilidad
- Certificado por la Junta Estadounidense de Medicina Física y Rehabilitación
- Editor Contribuyente del libro *"Mayo Clinic Fitness for Everybody"*
- Premio de Servicio Distinguido del Departamento de Salud y Servicios Humanos
- Miembro de: *American College of Sports Medicine*

“

*Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo”*

## Dirección



### D. González Arganda, Sergio

- ♦ Fisioterapeuta del Atlético de Madrid Club de Fútbol (2005-2023)
- ♦ CEO Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Docente en el Máster de Preparación Física y Readaptación Deportiva en Fútbol
- ♦ Docente en el Experto Universitario Pilates Clínico
- ♦ Docente en el Máster de Biomecánica y Fisioterapia Deportiva
- ♦ Máster en Osteopatía del Aparato Locomotor por la Escuela de Osteopatía de Madrid
- ♦ Máster Universitario en Biomecánica Aplicada a la Valoración del Daño y Técnicas Avanzadas en Fisioterapia
- ♦ Experto en Pilates y Rehabilitación por la Real Federación Española de Gimnasia
- ♦ Graduado en Fisioterapia por la Universidad Pontificia de Comillas



## Profesores

### Dña. Parra Nebreda, Virginia

- ◆ Fisioterapeuta de Suelo Pélvico en Fundación de Esclerosis Múltiple de Madrid
- ◆ Fisioterapeuta de Suelo Pélvico en Clínica Letfísio
- ◆ Fisioterapeuta en Residencia de Ancianos Orpea
- ◆ Máster de Fisioterapia en Pelviperrineología en la Universidad de Castilla-la Mancha
- ◆ Formación de Ecografía Funcional en Fisioterapia de Suelo Pélvico en Hombre y Mujer en FISIOMEDIT Formación
- ◆ Formación en Hipopresivos en LOW PRESSURE FITNES
- ◆ Grado en Fisioterapia por la Universidad Complutense De Madrid

### Dña. García Ibáñez, Marina

- ◆ Fisioterapeuta en Fundación Esclerosis Múltiple de Madrid y consulta privada domicilio
- ◆ Fisioterapeuta en tratamientos a domicilio en pediatría y adultos con patología neurológica
- ◆ Fisioterapeuta en Fundación Esclerosis Múltiple de Madrid
- ◆ Fisioterapeuta en Clínica Kinés
- ◆ Fisioterapeuta en Clínica San Nicolás
- ◆ Experto en Fisioterapia Neurológica en la Universidad Europea de Madrid
- ◆ Máster Universitario en Fisioterapia Neurológica: Técnicas de valoración y tratamiento en la Universidad Europea de Madrid
- ◆ Grado en Fisioterapia por la Universidad de Alcalá

# 04

## Estructura y contenido

Gracias a esta titulación el profesional de acondicionamiento físico estará actualizado con los procedimientos, prácticas y equipos utilizados en las sesiones llevadas a cabo por un Monitor de Pilates. Asimismo, el temario estará especialmente diseñado para atender situaciones con mujeres embarazadas, dificultades pre y post parto, y personas con trastornos neurológicos. Además, el programa ofrece una serie de recursos multimedia innovadores como videos in focus y casos de estudios reales, los cuales estarán en una biblioteca virtual a la cual se podrá acceder sin restricciones, los 7 días de la semana, las 24 horas del día.





“

*Con el método Relearning fortalecerás los conceptos tratados sin tener que invertir largas horas a este proceso de actualización”*

## Módulo 1. Pilares durante el Embarazo, Parto y Postparto

- 1.1. Primer trimestre
  - 1.1.1. Cambios en el primer trimestre
  - 1.1.2. Beneficios y objetivos
  - 1.1.3. Ejercicios indicados
  - 1.1.4. Contraindicaciones
- 1.2. Segundo trimestre
  - 1.2.1. Cambios en el segundo trimestre
  - 1.2.2. Beneficios y objetivos
  - 1.2.3. Ejercicios indicados
  - 1.2.4. Contraindicaciones
- 1.3. Tercer trimestre
  - 1.3.1. Cambios en el tercer trimestre
  - 1.3.2. Beneficios y objetivos
  - 1.3.3. Ejercicios indicados
  - 1.3.4. Contraindicaciones
- 1.4. Parto
  - 1.4.1. Fase dilatación y expulsivo
  - 1.4.2. Beneficios y objetivos
  - 1.4.3. Recomendaciones
  - 1.4.4. Contraindicaciones
- 1.5. Postparto Inmediato
  - 1.5.1. Recuperación y puerperio
  - 1.5.2. Beneficios y objetivos
  - 1.5.3. Ejercicios indicados
  - 1.5.4. Contraindicaciones
- 1.6. Incontinencia urinaria y Suelo Pélvico
  - 1.6.1. Anatomía implicada
  - 1.6.2. Fisiopatología
  - 1.6.3. Ejercicios indicados
  - 1.6.4. Contraindicaciones

- 1.7. Problemas en el embarazo y abordaje mediante Método Pilates
  - 1.7.1. Cambio estática corporal
  - 1.7.2. Problemas más frecuentes
  - 1.7.3. Ejercicios indicados
  - 1.7.4. Contraindicaciones
- 1.8. Preparación al embarazo
  - 1.8.1. Beneficios de la preparación física durante búsqueda embarazo
  - 1.8.2. Actividad física recomendada
  - 1.8.3. Ejercicios indicados en el primer embarazo
  - 1.8.4. Preparación durante búsqueda del segundo y sucesivo
- 1.9. Postparto Tardío
  - 1.9.1. Cambios anatómicos largo plazo
  - 1.9.2. Preparación para la vuelta a la actividad física
  - 1.9.3. Ejercicios indicados
  - 1.9.4. Contraindicaciones
- 1.10. Alteraciones post-parto
  - 1.10.1. Diástasis abdominal
  - 1.10.2. Cambio estática pélvica-prolapsos
  - 1.10.3. Alteraciones musculatura abdominal profunda
  - 1.10.4. Indicaciones y contraindicaciones en cesárea

## Módulo 2. Patología general y su tratamiento con Pilates

- 2.1. Sistema nervioso
  - 2.1.1. Sistema nervioso central
  - 2.1.2. Sistema nervioso periférico
  - 2.1.3. Breve descripción de las vías neuronales
  - 2.1.4. Beneficios del Pilates en patología neurológica
- 2.2. Valoración neurológica enfocada al Pilates
  - 2.2.1. Anamnesis
  - 2.2.2. Valoración fuerza y tono
  - 2.2.3. Valoración sensibilidad
  - 2.2.4. Test y escalas

- 2.3. Patologías neurológicas con más prevalencia y evidencia científica en Pilates
  - 2.3.1. Breve descripción de las patologías
  - 2.3.2. Principios básicos de Pilates en patología neurológica
  - 2.3.3. Adaptación de posiciones de Pilates
  - 2.3.4. Adaptación de ejercicios de Pilates
- 2.4. Esclerosis Múltiple
  - 2.4.1. Descripción de la patología
  - 2.4.2. Valoración de las capacidades del paciente
  - 2.4.3. Adaptación de ejercicios de Pilates suelo
  - 2.4.4. Adaptación de ejercicios de Pilates con elementos
- 2.5. Accidente cerebrovascular
  - 2.5.1. Descripción de la patología
  - 2.5.2. Valoración de las capacidades del paciente
  - 2.5.3. Adaptación de ejercicios de Pilates suelo
  - 2.5.4. Adaptación de ejercicios de Pilates con elementos
- 2.6. Parkinson
  - 2.6.1. Descripción de la patología
  - 2.6.2. Valoración de las capacidades del paciente
  - 2.6.3. Adaptación de ejercicios de Pilates suelo
  - 2.6.4. Adaptación de ejercicios de Pilates con elementos
- 2.7. Valoración neurológica enfocada al Pilates
  - 2.7.1. Descripción de la patología
  - 2.7.2. Valoración de las capacidades del paciente
  - 2.7.3. Adaptación de ejercicios de Pilates suelo
  - 2.7.4. Adaptación de ejercicios de Pilates con elementos
- 2.8. Adultos mayores
  - 2.8.1. Patologías asociadas a la edad
  - 2.8.2. Valoración de las capacidades del paciente
  - 2.8.3. Ejercicios indicados
  - 2.8.4. Ejercicios contraindicados

- 2.9. Osteoporosis
  - 2.9.1. Descripción de la patología
  - 2.9.2. Valoración de las capacidades del paciente
  - 2.9.3. Ejercicios indicados
  - 2.9.4. Ejercicios contraindicados
- 2.10. Problemas de Suelo Pélvico: incontinencia urinaria
  - 2.10.1. Descripción de la patología
  - 2.10.2. Incidencia y prevalencia
  - 2.10.3. Ejercicios indicados
  - 2.10.4. Ejercicios contraindicados

### Módulo 3. El gimnasio/estudio Pilates

- 3.1. El Reformer
  - 3.1.1. Introducción al Reformer
  - 3.1.2. Beneficios del Reformer
  - 3.1.3. Principales ejercicios en el Reformer
  - 3.1.4. Principales errores en el Reformer
- 3.2. Problemas de Suelo Pélvico: incontinencia urinaria
  - 3.2.1. Introducción al Cadillac
  - 3.2.2. Beneficios del Cadillac
  - 3.2.3. Principales ejercicios en el Cadillac
  - 3.2.4. Principales errores en el Cadillac
- 3.3. La silla
  - 3.3.1. Introducción a la silla
  - 3.3.2. Beneficios de la silla
  - 3.3.3. Principales ejercicios en la silla
  - 3.3.4. Principales errores en la silla
- 3.4. El Barril
  - 3.4.1. Introducción al Barril
  - 3.4.2. Beneficios del Barril
  - 3.4.3. Principales ejercicios en el Barril
  - 3.4.4. Principales errores en el Barril

- 3.5. Modelos “Combo”
  - 3.5.1. Introducción al modelo Combo
  - 3.5.2. Beneficios del modelo Combo
  - 3.5.3. Principales ejercicios en el modelo Combo
  - 3.5.4. Principales errores en el modelo Combo
- 3.6. El aro flexible
  - 3.6.1. Introducción al aro flexible
  - 3.6.2. Beneficios del aro flexible
  - 3.6.3. Principales ejercicios en el aro flexible
  - 3.6.4. Principales errores en el aro flexible
- 3.7. El *Spine* Corrector
  - 3.7.1. Introducción al *spine* corrector
  - 3.7.2. Beneficios del *spine* corrector
  - 3.7.3. Principales ejercicios en el *spine* corrector
  - 3.7.4. Principales errores en el *spine* corrector
- 3.8. Los Implementos adaptados al método
  - 3.8.1. Foam roller
  - 3.8.2. *Fit Ball*
  - 3.8.4. Bandas elásticas
  - 3.8.5. Bosu
- 3.9. El espacio
  - 3.9.1. Preferencias de equipamiento
  - 3.9.2. El espacio Pilates
  - 3.9.3. Instrumental de pilates
  - 3.9.4. Buenas prácticas en cuanto al espacio
- 3.10. El entorno
  - 3.10.1. Concepto del entorno
  - 3.10.2. Características de diferentes entornos
  - 3.10.3. Elección de entorno
  - 3.10.4. Conclusiones





“

*Examinarás minuciosamente los accesorios utilizados en el Pilates como el Foam Roller, Fit Ball y las Bandas Elásticas con el objetivo de potenciar entrenamientos físicos altamente efectivos”*

05

# Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: **el Relearning**.

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el **New England Journal of Medicine**.





“

*Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización”*

## Estudio de Caso para contextualizar todo el contenido

Nuestro programa ofrece un método revolucionario de desarrollo de habilidades y conocimientos. Nuestro objetivo es afianzar competencias en un contexto cambiante, competitivo y de alta exigencia.

“

*Con TECH podrás experimentar una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo”*



*Accederás a un sistema de aprendizaje basado en la reiteración, con una enseñanza natural y progresiva a lo largo de todo el temario.*



*El alumno aprenderá, mediante actividades colaborativas y casos reales, la resolución de situaciones complejas en entornos empresariales reales.*

## Un método de aprendizaje innovador y diferente

El presente programa de TECH es una enseñanza intensiva, creada desde 0, que propone los retos y decisiones más exigentes en este campo, ya sea en el ámbito nacional o internacional. Gracias a esta metodología se impulsa el crecimiento personal y profesional, dando un paso decisivo para conseguir el éxito. El método del caso, técnica que sienta las bases de este contenido, garantiza que se sigue la realidad económica, social y profesional más vigente.

“*Nuestro programa te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera*”

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores facultades del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el método del caso consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y emitieran juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Ante una determinada situación, ¿qué debería hacer un profesional? Esta es la pregunta a la que nos enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos reales. Deberán integrar todos sus conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones.

## Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.

*En 2019, obtuvimos los mejores resultados de aprendizaje de todas las universidades online en español en el mundo.*

En TECH se aprende con una metodología vanguardista concebida para capacitar a los directivos del futuro. Este método, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina Relearning.

Nuestra universidad es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2019, conseguimos mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso, objetivos...) con respecto a los indicadores de la mejor universidad online en español.



En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica. Con esta metodología se han capacitado a más de 650.000 graduados universitarios con un éxito sin precedentes en ámbitos tan distintos como la bioquímica, la genética, la cirugía, el derecho internacional, las habilidades directivas, las ciencias del deporte, la filosofía, el derecho, la ingeniería, el periodismo, la historia o los mercados e instrumentos financieros. Todo ello en un entorno de alta exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

*El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu capacitación, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.*

A partir de la última evidencia científica en el ámbito de la neurociencia, no solo sabemos organizar la información, las ideas, las imágenes y los recuerdos, sino que sabemos que el lugar y el contexto donde hemos aprendido algo es fundamental para que seamos capaces de recordarlo y almacenarlo en el hipocampo, para retenerlo en nuestra memoria a largo plazo.

De esta manera, y en lo que se denomina Neurocognitive context-dependent e-learning, los diferentes elementos de nuestro programa están conectados con el contexto donde el participante desarrolla su práctica profesional.



Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:



#### Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.



#### Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

El denominado Learning from an Expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en las futuras decisiones difíciles.



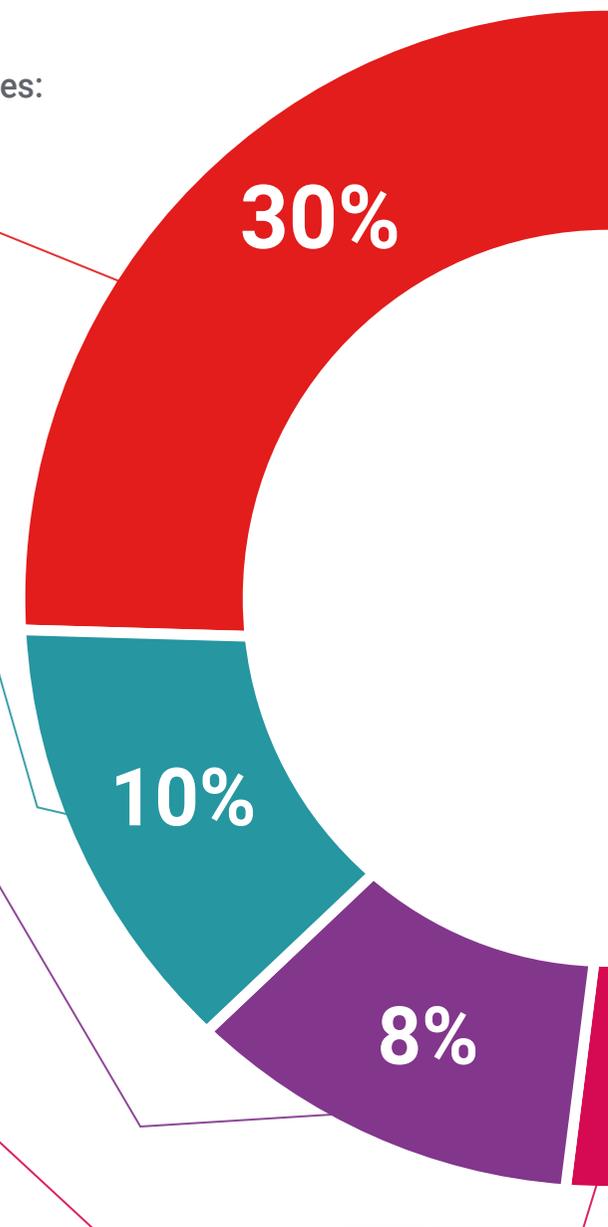
#### Prácticas de habilidades y competencias

Realizarán actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.





#### Case studies

Completarán una selección de los mejores casos de estudio elegidos expresamente para esta situación. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



#### Resúmenes interactivos

El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este exclusivo sistema educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### Testing & Retesting

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.



06

# Titulación

El Experto Universitario en Monitor de Pilates garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Experto Universitario expedido por TECH Universidad.





“

*Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”*

Este **Experto Universitario en Monitor de Pilates** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal\* con acuse de recibo su correspondiente título de **Experto Universitario** emitido por **TECH Universidad**.

Este título expedido por **TECH Universidad** expresará la calificación que haya obtenido en el Experto Universitario, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores de carreras profesionales.

Título: **Experto Universitario en Monitor de Pilates**

Modalidad: **No escolarizada (100% en línea)**

Duración: **6 meses**



\*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH Universidad realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.



## Experto Universitario Monitor de Pilates

- » Modalidad: No escolarizada (100% en línea)
- » Duración: 6 meses
- » Titulación: TECH Universidad
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

# Experto Universitario Monitor de Pilates

Avalado por la NBA

