Mastère Spécialisé

Pilates Thérapeutique

Approuvé par la NBA

tech Euromed University

tech Euromed University

Mastère Spécialisé

Pilates Thérapeutique

- Modalité: **en ligne**
- Durée: **12 mois**
- Qualification: **TECH Euromed University**
- Horaire: **à votre rythme**
- Examens: **en ligne**

Accès au site web: **www.techtitute.com/fr/sciences-du-sport/master/master-pilates-therapeutique**

Acuueil

01
Présentation
page 4

02
Objectifs
page 8

03
Compétences
page 12

04
Direction de la formation
page 16

05
Structure et contenu
page 22

06
Méthodologie d’étude
page 34

07
Diplôme
page 44

01

Présentation

Une bonne posture et un bon équilibre sont essentiels dans la pratique du sport, car ils facilitent l'activité physique et préviennent les altérations dans différentes zones de l'appareil locomoteur. Afin d'obtenir des conditions musculo-squelettiques optimales chez les compétiteurs, l'intégration de différentes disciplines est de plus en plus nécessaire, parmi lesquelles la méthode Pilates a acquis un plus grand prestige et de meilleurs résultats. Cela a obligé les professionnels du monde sportif à se tenir au courant des outils et des exercices les plus efficaces. C'est pourquoi TECH Euromed a intégré toutes ses avancées dans ce programme 100% en ligne, où les étudiants pourront se mettre à jour immédiatement dans cette discipline complexe. Tout cela grâce à une méthodologie innovante et à l'équipe d'enseignants la plus spécialisée.

Un programme universitaire 100% en ligne qui vous permettra de vous familiariser avec les applications thérapeutiques de la méthode Pilates pour la prévention et la rééducation des blessures liées à l'activité physique professionnelle"

Le renforcement des muscles stabilisateurs et le développement d'une plus grande flexibilité sont essentiels pour les athlètes dans différentes disciplines sportives. Atteindre ces deux objectifs est un défi pour les entraîneurs et les préparateurs physiques qui cherchent à fournir aux compétiteurs les bonnes stratégies pour augmenter leur force, leur équilibre, leur coordination, leur endurance et optimiser leurs performances. En ce sens, la méthode Pilates est devenue une solution attrayante pour les professionnels de ce domaine. Cependant, atteindre un haut niveau de formation dans l'utilisation correcte de ses exercices et de ses outils de travail peut s'avérer difficile pour certains.

C'est la raison pour laquelle TECH Euromed a mis au point ce programme universitaire qui approfondit le potentiel thérapeutique de cette discipline. Son programme exhaustif examinera comment les techniques de Pilates peuvent aider à prévenir les blessures chez les athlètes et, en même temps, contribuer à la rééducation des parties de l'appareil locomoteur qui sont déjà affectées. Plus précisément, ils aborderont les altérations les plus fréquentes de la colonne vertébrale, des membres supérieurs et inférieurs, qui peuvent être traitées à l'aide d'instruments puissants tels que le *Spine* Corrector, le Bosu, entre autres.

En outre, parmi les 10 modules du diplôme, les étudiants pourront analyser des sujets spécifiques sur les avantages et les contre-indications de la méthode Pilates par rapport à des sports spécifiques tels que la Natation, l'Athlétisme et les compétitions de raquette. De même, les étudiants apprendront comment les joueurs de Football, de Basketball, de Rugby, de Golf, entre autres, peuvent atteindre un meilleur état de santé et de bien-être grâce à cette méthode.

Ce Mastère Spécialisé a une méthodologie 100% en ligne, où le *Relearning* est la clé pour que les diplômés maîtrisent les concepts les plus complexes d'une manière rapide, flexible et rigoureuse. Ils seront également soutenus par l'étude de cas réels et de situations simulées pour développer des compétences qui leur permettront de pratiquer avec précision immédiatement après avoir terminé le programme. De même, tous les contenus et les ressources multimédias intégrés au diplôme ont été sélectionnés par un corps enseignant exceptionnel, composé d'experts ayant une grande expérience de l'application de la méthode Pilates à la pratique sportive.

Ce **Mastère Spécialisé en Pilates Thérapeutique** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- Le développement de cas pratiques présentés par des experts en Kinésithérapie et Pilates
- Les contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques avec lesquels ils sont conçus fournissent des informations scientifiques et sanitaires essentielles à la pratique professionnelle
- Les exercices pratiques où effectuer le processus d'auto-évaluation pour améliorer l'apprentissage
- Il met l'accent sur les méthodologies innovantes
- Cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- La possibilité d'accéder aux contenus depuis n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet

Vous maîtriserez les outils innovants du Pilates Thérapeutique tels que le Spine Correcteur ou le Buso, en les intégrant avec excellence dans votre pratique professionnelle quotidienne"

Vous étudierez en profondeur les altérations les plus fréquentes de la Colonne Vertébrale, des Membres Supérieurs et Inférieurs subies par les athlètes et comment les résoudre à travers les exercices les plus innovants de la méthode Pilates"

Grâce aux meilleures ressources multimédias, telles que des infographies et des résumés interactifs, ce diplôme vous permettra d'acquérir un éventail de compétences dans le domaine du Pilates Thérapeutique.

Grâce à ce programme intensif, vous développerez une vision holistique du potentiel thérapeutique du Pilates pour améliorer les performances et le bien-être des compétiteurs.

Le corps enseignant du programme englobe des spécialistes réputés dans le domaine et qui apportent à ce programme l'expérience de leur travail, ainsi que des spécialistes reconnus dans de grandes sociétés et des universités prestigieuses.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel, ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de s'entrainer dans des situations réelles.

La conception de ce programme est axée sur l'Apprentissage par les Problèmes, grâce auquel le professionnel doit essayer de résoudre les différentes situations de la pratique professionnelle qui se présentent tout au long du programme. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.

02

Objectifs

Dans ce Mastère Spécialisé, les professionnels du sport ont à leur portée les contenus les plus récents pour intégrer la méthode Pilates, à partir d'une approche thérapeutique, dans différentes activités athlétiques. Ainsi, l'objectif principal de ce programme est de promouvoir l'utilisation des techniques, des exercices et des outils de travail les plus innovants. Pour ce faire, ils disposent d'un programme très complet, élaboré par les experts les plus qualifiés, et où la méthode *Relearning* est appliquée pour faciliter la maîtrise de concepts complexes d'une manière plus rapide, plus flexible et plus efficace.

Boostez votre carrière professionnelle grâce à cette mise à jour exhaustive de la méthode Pilates fournie par TECH Global University"

Objectifs généraux

- Améliorer les connaissances et les compétences professionnelles dans la pratique et l'enseignement de la méthode Pilates au sol, sur les différentes machines et avec des outils
- Distinguer les applications des exercices de Pilates et les adaptations à faire pour chaque patient
- Établir un protocole d'exercices adaptés à la symptomatologie et à la pathologie de chaque patient
- Définir les progressions et régressions des exercices en fonction des différentes phases du processus de récupération d'une blessure
- Éviter les exercices contre-indiqués selon l'évaluation préalable des patients et des clients
- Manipuler en profondeur les appareils utilisés dans la méthode Pilates
- Fournir les informations nécessaires pour pouvoir rechercher des informations scientifiques et actualisées sur les traitements de la méthode Pilates applicables à différentes pathologies
- Analyser les besoins et les améliorations de l'équipement Pilates dans un espace thérapeutique destiné aux exercices Pilates
- Développer des actions qui améliorent l'efficacité des exercices Pilates basés sur les principes de la méthode
- Exécuter correctement et de manière analytique les exercices basés sur la méthode Pilates
- Analyser les changements physiologiques et posturaux qui affectent les femmes enceintes
- Concevoir des exercices adaptés à la femme au cours de la grossesse jusqu'à l'accouchement
- Décrire l'application de la Méthode Pilates chez les sportifs de haut niveau

Objectifs spécifiques

Module 1. La Méthode Pilates
- Découvrir les origines du Pilates
- Approfondir l'histoire de la Méthode Pilates
- Décrire la méthodologie du Pilates

Module 2. Principes de base de la Méthode Pilates
- Approfondir les principes fondamentaux du Pilates
- Identifier les exercices les plus pertinents
- Expliquer les positions Pilates à éviter

Module 3. Le gymnase Pilates
- Décrire l'espace où le Pilates est pratiqué
- Connaître les machines utilisées pour le Pilates
- Décrire les protocoles d'exercices et les progressions

Module 4. Méthodologie dans la pratique de la Méthode Pilates
- Structurer des séances basées sur la Méthode Pilates
- Définir les types de séances basées sur la Méthode Pilates
- Approfondir les controverses et la méthode Pilates bien appliquée

Module 5. Pilates dans les altérations de la Colonne Vertébrale
- Étudier les principaux problèmes de la Colonne vertébrale et leur approche
- Mettre à jour les connaissances sur les principaux problèmes du Dos et leur approche
- Appliquer des protocoles d'exercices spécifiques pour le processus de récupération des blessures

Module 6. Pilates dans les troubles du Membre Supérieur
- Identifier les pathologies de l'Épaule et leur prise en charge
- Développer la connaissance de la pathologie du Coude et de son approche
- Approfondir la pathologie du Poignet et son approche

Module 7. Pilates dans les troubles du Membre Inférieur
- Détecter les caractéristiques distinctives de chaque blessure
- Traiter les altérations au moyen d'exercices basés sur la Méthode Pilates
- Adapter des protocoles d'exercices spécifiques au processus de récupération des blessures

Module 8. Pathologie générale et son traitement par le Pilates
- Maîtriser les caractéristiques de chaque pathologie
- Identifier les principales altérations de chaque pathologie
- Traiter les altérations au moyen d'exercices basés sur la Méthode Pilates

Module 9. Pilates pendant la Grossesse, l'Accouchement et le Post-partum
- Identifier les différentes phases de la grossesse
- Déterminer les exercices spécifiques à chaque phase
- Guider les femmes pendant la grossesse, l'accouchement et le post-partum

Module 10. Pilates dans les sports
- Identifier les blessures les plus fréquentes dans chaque sport
- Indiquer les facteurs de risque qui prédisposent aux blessures
- Sélectionner des exercices basés sur la méthode Pilates adaptés à chaque sport

03

Compétences

Dans ce diplôme de TECH Global University, les professionnels pourront développer des compétences spécifiques concernant l'intégration de la méthode Pilates dans la pratique d'activités sportives telles que le Football, l'Athlétisme, la Natation et bien d'autres encore. Grâce aux compétences acquises dans le cadre de ce programme intensif, les étudiants seront en mesure de promouvoir l'amélioration des performances athlétiques, combinée à des postures correctes, ce qui permettra de prévenir diverses blessures. De plus, étant donné l'approche thérapeutique de ce système d'exercices, ils pourront contribuer efficacement à la rééducation de diverses altérations de l'appareil locomoteur des compétiteurs.

A l'issue de ce Mastère Spécialisé, vous disposerez des outils théoriques et pratiques indispensables à l'exercice d'une pratique d'excellence, axée sur le Pilates Thérapeutique"

Compétences Générales

- Mettre à jour les connaissances et les compétences professionnelles dans la pratique et l'enseignement des exercices de la Méthode Pilates sur tapis, sur différentes machines et avec des outils
- Établir un protocole d'exercices adaptés à la symptomatologie et à la pathologie de chaque situation personnelle
- Faire une distinction claire entre un bon et un mauvais exercice de Pilates
- Prendre en compte et prévenir le *Burn Out* chez les instructeurs de Pilates
- Élargir les capacités de prise en charge des professionnels qui se sont surentraînés en Pilates
- Promouvoir les soins de santé en appliquant correctement les exercices de Pilates

Vous acquerrez, grâce à ce diplôme, diverses compétences pour intégrer la méthode Pilates dans l'entraînement et la préparation physique des joueurs de Football et de Basket-ball, entre autres disciplines sportives"

Compétences spécifiques

- Adapter les charges des machines à l'objectif poursuivi avec un exercice donné chez un patient spécifique
- Appliquer les techniques du pilates de musculation et d'étirement pour traiter diverses blessures
- Identifier les principales blessures causées par une pratique incorrecte de la méthode Pilates chez les non-professionnels
- Fournir des lignes directrices en matière d'exercices pour les personnes souffrant d'ostéoporose ou de problèmes d'incontinence
- Poursuivre les recherches visant à approfondir la connaissance de la méthode Pilates
- Établir des protocoles pour l'exécution des exercices indiqués dans la MATT
- Aborder les problèmes des Membres Supérieurs et Inférieurs par le Pilates
- Recommander certains exercices de Pilates pour prévenir les pathologies musculaires

04

Direction de la formation

TECH Euromed maintient un engagement continu en faveur de l'excellence académique. C'est pourquoi son corps enseignant est composé des professionnels les plus expérimentés. Ce Mastère Spécialisé ne fait pas exception à la règle, offrant aux étudiants un corps enseignant solide où se distinguent des experts en kinésithérapie et en Pilates. Ces spécialistes ont combiné leurs connaissances théoriques et pratiques dans un programme très complet. Ainsi, les diplômés seront parfaitement au fait des outils et des exercices les plus innovants et les plus efficaces du Pilates Thérapeutique contre les altérations de l'appareil locomoteur résultant de l'activité athlétique.

Un panel d'experts prestigieux a élaboré le programme de ce cursus universitaire très complet"

Directeur invité internationa

Le Docteur Edward Laskowski est une figure internationale de premier plan dans le domaine de la **Médecine Sportive** et de la **Réadaptation Physique**. Certifié par le **Conseil Américain de Médecine Physique et de Réadaptation**, il a fait partie intégrante de la prestigieuse équipe de la **Clinique Mayo**, où il a occupé le poste de **Directeur** du **Centre de Médecine Sportive**.

Son expertise couvre un large éventail de disciplines, de la **Médecine Sportive** au **Fitness** et à **l'Entraînement de la Force et de la Stabilité**. Il a travaillé en étroite collaboration avec une équipe multidisciplinaire de spécialistes en **Médecine Physique, Réadaptation, Orthopédie, Kinésithérapie** et **Psychologie du Sport** afin d'apporter une approche holistique aux soins de ses patients.

De même, son influence s'étend au-delà de la pratique clinique, puisqu'il a été reconnu au **niveau national et international** pour ses contributions au monde du **sport** et de la **santé**. Ainsi, il a été nommé par le président **George W. Bush** au **Conseil Présidentiel** sur la **Condition Physique et les Sports**, et a reçu le **Prix de Service Distingué** du **Département de la Santé et des Services Humains**, soulignant son engagement pour la promotion de **modes de vie sains**.

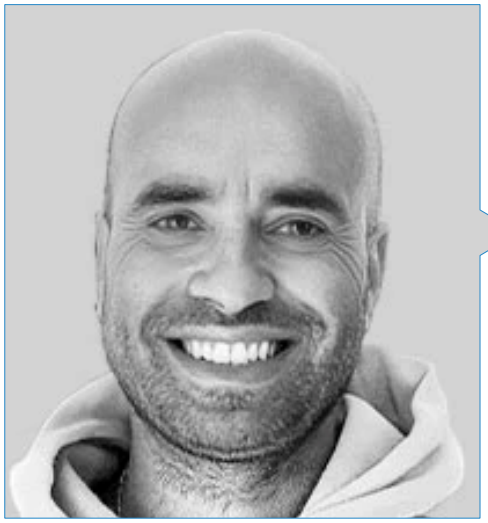
En outre, il a joué un rôle clé dans des **événements sportifs** majeurs tels que les **Jeux Olympiques d'Hiver** de 2002 à **Salt Lake City** et le **Marathon de Chicago**, en fournissant des **soins médicaux** de qualité. En outre, son dévouement à la **sensibilisation** s'est traduit par un travail considérable dans la création de **ressources universitaires,** notamment le **CD-ROM** de la **Clinique Mayo** sur le **Sport**, la **Santé** et le **Fitness**, ainsi que par son rôle de **Rédacteur en Chef Adjoint** du livre "**Mayo Clinic Fitness for EveryBody**". Passionné par la lutte contre les mythes et la fourniture d'informations précises et actualisées, le Docteur Edward Laskowski continue d'être une voix influente dans le domaine de la **Médecine du Sport** et de **Fitness** dans le monde entier.

Dr. Laskowski, Edward

- Directeur du Centre de Médecine du Sport de la Clinique Mayo, États-Unis
- Médecin Consultant auprès de l'Association des Joueurs de la Ligue Nationale de Hockey, États-Unis
- Médecin à la Clinique Mayo, États-Unis
- Membre de la Polyclinique Olympique aux Jeux Olympiques d'hiver (2002), Salt Lake City, Salt Lake City
- Spécialiste de la Médecine du Sport, du Fitness, de la Musculation et de l'Entraînement à la Stabilité
- Certifié par le Conseil Américain de la Médecine Physique et de la Réadaptation
- Rédacteur Collaborateur du livre "Mayo Clinic Fitness for EveryBody"
- Prix du Service distingué du Département de la Santé et des Services Humains
- Membre de :
  American College of Sports Medicine

Grâce à TECH Euromed, vous pourrez apprendre avec les meilleurs

Direction



M. González Arganda, Sergio

- Kinésithérapeute de l'Atlético de Madrid et PDG de Fisio Domicilio Madrid
- Kinésithérapeute du Club de Football de l'Atlético de Madrid
- PDG de Fisio Domicilio Madrid
- Maîtrise en Ostéopathie du Système Locomoteur de l'École d'Ostéopathie de Madrid
- Maîtrise en Biomécanique appliquée à l'Évaluation des Blessures et aux Techniques Avancées de Kinésithérapie
- Expert en Rééducation Pilates auprès de la Fédération Royale Espagnole de Gymnastique
- Diplômé en Kinésithérapie de l'Université Pontificale de Comillas

Professeurs

Mme Cortés Lorenzo, Laura

- Kinésithérapeute à la clinique Fiosiomon et à la Fédération Madrilène de Hockey
- Kinésithérapeute à la clinique Fiosiomon
- Kinésithérapeute au Centre de Technification de la Fédération Madrilène de Hockey
- Kinésithérapeute dans des entreprises par l'intermédiaire de Fisiowork S.L
- Kinésithérapeute traumatologue à la Clinique Artros
- Kinésithérapeute au Club SPV51 et au Club Valdeluz de Hockey sur Gazon
- Diplômée en Kinésithérapie par l'Université Complutense de Madrid

Mme Parra Nebreda, Virginia

- Kinésithérapeute du Plancher Pelvien à la Fondation de la Sclérose Múltiple de Madrid
- Kinésithérapeute du Plancher Pelvien à la Clinique Letfisio
- Kinésithérapeute à la Maison de Retraite d'Orpea
- Masteren Kinésithérapie Pelvipérinéologique à l'Université de Castilla-la Mancha
- Formation à l'Échographie Fonctionnelle en Kinésithérapie du Plancher Pelvien chez l'Homme et la Femme dans le cadre de la Formation FISIOMEDIT
- Formation aux exercices hypopressifs à LOW PRESSURE FITNES
- Diplômée en Kinésithérapie par l'Université Complutense de Madrid

M. Pérez Costa, Eduardo

- PDG de Move2Be Kinésithérapie et Rééducation
- Kinésithérapeute indépendant, traitement à domicile à Madrid
- Kinésithérapeute à la Clinique Natal San Sebastian de los Reyes
- Rééducateur sportif du Club de Basket-ball Zona Press
- Kinésithérapeute dans l'équipe filiale de l'UD Sanse
- Kinésithérapeute sur le terrain avec la Fondation Marcet
- Kinésithérapeute à la clinique Pascual & Muñoz
- Kinésithérapeute à la clinique Fisio Life Plus
- Mastère Kinésithérapie manuelle de l'appareil locomoteur à l'Université d'Alcalá
- Diplôme de Kinésithérapie de l'université d'Alcalá

Mme. Valiente Serrano, Noelia

- Kinésithérapeute à Fisio Domicilio Madrid
- Kinésithérapeute à Keiki Fisioterapia
- Kinésithérapeute à Jemed Importaciones

M. Longás de Jesús, Antonio

- Kinésithérapeute à la clinique Lagasca
- Kinésithérapeute à Fisio Domicilio Madrid
- Kinésithérapeute au Club de Rugby Veterinaria

Mme García Ibáñez, Marina

- Kinésithérapeute à la Fondation de la Sclérose en Plaques de Madrid et consultation privée à domicile
- Kinésithérapeute pour les traitements à domicile en pédiatrie et chez les adultes atteints de pathologies neurologiques
- Kinésithérapeute à la Fondation de la Sclérose en Plaques de Madrid
- Kinésithérapeute et Psychologue à la Clinique Kinés
- Kinésithérapeute à la Clinique San Nicolás
- Masteren Kinésithérapie Neurologique: Techniques d'évaluation et de traitement à l'Université Européenne de Madrid
- Experte en Kinésithérapie Neurologique à l'Université Européenne de Madrid
- Diplômée de Psychologie à l'Université Nationale d'Education à Distance (UNED)

Le matériel didactique de ce diplôme, élaboré par ces spécialistes, a un contenu tout à fait applicable à votre expérience professionnelle"

05

Structure et contenu

Ce Mastère Spécialisé est une occasion unique d'actualiser et de développer des compétences spécifiques auprès des professionnels du sport. En témoignent ses modules académiques, où les étudiants peuvent se plonger dans l'évolution de la méthode Pilates, ses outils de travail et les stratégies les plus efficaces pour l'appliquer à partir d'une approche thérapeutique. La maîtrise de ces concepts et techniques de travail sera possible grâce au *Relearning*, une méthodologie d'apprentissage 100% en ligne exclusive à TECH Euromed qui facilite l'acquisition des compétences et conduira la pratique des diplômés vers l'excellence.

Ce Mastère Spécialisé n'a pas d'horaires hermétiques, ce qui vous garantit un accès libre à son contenu 24 heures sur 24"

Module 1. La Méthode Pilates

1.1. Joseph Pilates
- 1.1.1. Joseph Pilates
- 1.1.2. Livre et postulats
- 1.1.3. Héritage
- 1.1.4. Origine de l'exercice sur mesure

1.2. Historique de la Méthode Pilates
- 1.2.1. Références
- 1.2.2. Évolution
- 1.2.3. Situation actuelle
- 1.2.4. Conclusions

1.3. Évolution de la Méthode
- 1.3.1. Améliorations et modifications
- 1.3.2. Contributions à la méthode Pilates
- 1.3.3. Pilates Thérapeutique
- 1.3.4. Pilates et Activité Physique

1.4. Principes de la Méthode Pilates
- 1.4.1. Définition de ces principes
- 1.4.2. Évolution des principes
- 1.4.3. Niveaux de progression
- 1.4.4. Conclusions

1.5. Pilates Classique vs Pilates Contemporain/Moderne
- 1.5.1. Eléments clés du Pilates Classique
- 1.5.2. Analyse de la méthode Pilates moderne/Classique
- 1.5.3. Contributions du Pilates Moderne
- 1.5.4. Conclusions

1.6. Pilates au Sol et Appareils de Pilates
- 1.6.1. Principes de base de la méthode Pilates au Sol
- 1.6.2. Évolution du Pilates au sol
- 1.6.3. Principes de base des Appareils de Pilates
- 1.6.4. Évolution des Appareils de Pilates

1.7. Preuves scientifiques
- 1.7.1. Revues scientifiques relatives à la méthode Pilates
- 1.7.2. Thèses de doctorat sur la méthode Pilates
- 1.7.3. Publications sur la méthode Pilates
- 1.7.4. Applications de la méthode Pilates

1.8. Orientations de la Méthode Pilates
- 1.8.1. Tendances Internationales
- 1.8.2. Analyse des tendances
- 1.8.3. Conclusions

1.9. Les Écoles
- 1.9.1. Écoles de Formation du Pilates
- 1.9.2. Magazines
- 1.9.3. Évolution des écoles de pilates
- 1.9.4. Conclusions

1.10. Les Associations et Fédérations de Pilates
- 1.10.1. Définitions
- 1.10.2. Apports
- 1.10.3. Objectifs
- 1.10.4. PMA

Module 2. Principes de base de la Méthode Pilates

2.1. Les différents concepts sur la méthode
- 2.1.1. Les concepts selon Joseph Pilates
- 2.1.2. Évolution des concepts
- 2.1.3. Générations suivantes
- 2.1.4. Conclusions

2.2. La Respiration
- 2.2.1. Les différents types de respiration
- 2.2.2. Analyse des types de respiration
- 2.2.3. Les effets de la respiration
- 2.2.4. Conclusions

2.3. Le pelvis comme centre de stabilité et de mouvement
- 2.3.1. Le Core de Joseph Pilates
- 2.3.2. Le Core scientifique
- 2.3.3. Base anatomique
- 2.3.4. Le Core dans les processus de récupération

2.4. La structure de la ceinture scapulaire
- 2.4.1. Revue anatomique
- 2.4.2. La Biomécanique de la ceinture scapulaire
- 2.4.3. Utilisations du Pilates
- 2.4.4. Conclusions

2.5. La structure du mouvement des membres inférieurs
- 2.5.1. Revue anatomique
- 2.5.2. La biomécanique du membre inférieur
- 2.5.3. Utilisations du Pilates
- 2.5.4. Conclusions

2.6. L'articulation de la colonne vertébrale
- 2.6.1. Revue anatomique
- 2.6.2. Biomécanique de la colonne vertébrale
- 2.6.3. Utilisations du Pilates
- 2.6.4. Conclusions

2.7. Les alignements des segments corporels
- 2.7.1. La posture
- 2.7.2. La posture au Pilates
- 2.7.3. Les alignements des segments
- 2.7.4. Les chaînes musculaires et faciales

2.8. L'intégration fonctionnelle
- 2.8.1. Concept d'intégration fonctionnelle
- 2.8.2. Répercussions sur les différentes activités
- 2.8.3. La mission
- 2.8.4. Le contexte

2.9. Principes fondamentaux du Pilates Thérapeutique
- 2.9.1. Histoire du Pilates Thérapeutique
- 2.9.2. Concepts du Pilates Thérapeutique
- 2.9.3. Opinions sur le Pilates Thérapeutique
- 2.9.4. Exemples de blessures ou de pathologies

2.10. Pilates classique et Pilates thérapeutique
- 2.10.1. Différences entre les deux méthodes
- 2.10.2. Justification
- 2.10.3. Progressions
- 2.10.4. Conclusions

Module 3. Le gymnase Pilates

3.1. Le Reformer
- 3.1.1. Présentation du Reformer
- 3.1.2. Bénéfices du Reformer
- 3.1.3. Principaux exercices sur le Reformer
- 3.1.4. Principales erreurs sur le Reformer

3.2. Le Cadillac ou la table de Trapèze
- 3.2.1. Présentation du Cadillac
- 3.2.2. Bénéfices de la table Trapèze
- 3.2.3. Principaux exercices sur le Cadillac
- 3.2.4. Principales erreurs sur le Cadillac

3.3. La chaise
- 3.3.1. Introduction à la chaise
- 3.3.2. Bénéfices de la chaise
- 3.3.3. Principaux exercices sur la chaise
- 3.3.4. Principales erreurs sur la chaise

3.4. Le Tonneau
- 3.4.1. Présentation du Tonneau
- 3.4.2. Bénéfices du Tonneau
- 3.4.3. Principaux exercices sur le Tonneau
- 3.4.4. Principales erreurs sur le Tonneau

3.5. Modèles "Combinés"
- 3.5.1. Introduction au modèle Combo
- 3.5.2. Bénéfices du modèleCombo
- 3.5.3. Principaux exercices du modèle Combo
- 3.5.4. Principales erreurs du modèle Combo

3.6. L'anneau flexible
- 3.6.1. Présentation de l'anneau flexible
- 3.6.2. Bénéfices de l'anneau flexible
- 3.6.3. Principaux exercices avec l'anneau flexible
- 3.6.4. Principales erreurs avec l'anneau flexible

3.7. Le *Spine* Corrector
- 3.7.1. Présentation du *Spine* corrector
- 3.7.2. Bénéfices du *Spine* corrector
- 3.7.3. Principaux exercices avec le *Spine* corrector
- 3.7.4. Principales erreurs avec le *Spine* corrector

3.8. Les Équipements adaptés à la méthode
- 3.8.1. *Foam roller*
- 3.8.2. *Fit Ball*
- 3.8.4. Bandes élastiques
- 3.8.5. Bosu

3.9. Espace
- 3.9.1. Préférences en matière d'équipement
- 3.9.2. L'espace Pilates
- 3.9.3. L'équipement Pilates
- 3.9.4. Bonnes pratiques en matière d'espace

3.10. L'environnement
- 3.10.1. Concept d'environnement
- 3.10.2. Caractéristiques des différents environnements
- 3.10.3. Choix de l'environnement
- 3.10.4. Conclusions

Module 4. Méthodologie dans la pratique de la Méthode Pilates

4.1. La première session
- 4.1.1. Évaluation initiale
- 4.1.2. Consentement éclairé
- 4.1.3. Mots et commandes liés à la méthode Pilates
- 4.1.4. Le début dans la Méthode Pilates

4.2. L'examen initial
- 4.2.1. Examen de la posture
- 4.2.2. Examen de la flexibilité
- 4.2.3. Examen de la coordination
- 4.2.4. Planification de la séance. Fiche Pilates

4.3. La clase de Pilates
- 4.3.1. Exercices de départ
- 4.3.2. Les groupes d'élèves
- 4.3.3. Positionnement, voix, corrections
- 4.3.4. La pause

4.4. Les élèves-patients
- 4.4.1. Typologie de l'élève de Pilates
- 4.4.2. L'engagement personnalisé
- 4.4.3. Les objectifs de l'élève
- 4.4.4. Le choix de la méthode

4.5. Progressions et régressions des exercices
- 4.5.1. Introduction aux progressions et régressions
- 4.5.2. Les progressions
- 4.5.3. Les régressions
- 4.5.4. L'évolution du traitement

4.6. Protocole général
- 4.6.1. Un protocole de base généralisé
- 4.6.2. Respecter les principes fondamentaux de la méthode Pilates
- 4.6.3. Analyse du protocole
- 4.6.4. Fonctions du protocole

4.7. Indications pour les exercices
- 4.7.1. Caractéristiques de la position de départ
- 4.7.2. Contre-indications des exercices
- 4.7.3. Aides verbales et tactiles
- 4.7.4. Programmation des cours

4.8. L'enseignant/le moniteur
- 4.8.1. Analyse de l'élève
- 4.8.2. Types d'enseignants
- 4.8.3. Créer l'environnement adéquat
- 4.8.4. Suivi de l'élève

4.9. Le programme de base
- 4.9.1. Pilates pour débutants
- 4.9.2. Pilates pour niveau moyen
- 4.9.3. Pilates pour experts
- 4.9.4. Pilates professionnel

4.10. Logiciel pour l'étude de la méthode Pilates
- 4.10.1. Principaux logiciels pour l'étude de la méthode Pilates
- 4.10.2. Application pour faire du Pilates
- 4.10.3. Les dernières technologies dans l'étude du Pilates
- 4.10.4 Avancées les plus significatives dans l'atelier de Pilates

Module 5. Pilates dans les altérations de la Colonne Vertébrale

5.1. Rappel anatomique de base
- 5.1.1. Ostéologie de la colonne vertébrale
- 5.1.2. Myologie de la colonne vertébrale
- 5.1.3. Biomécanique de la colonne vertébrale
- 5.1.4. Conclusions

5.2. Pathologies fréquentes susceptibles d'être traitées par le Pilates
- 5.2.1. Pathologies de croissance
- 5.2.2. Pathologies du patient âgé
- 5.2.3. Pathologies chez le patient sédentaire
- 5.2.4. Pathologies chez le sportif

5.3. Exercices indiqués dans MATT, sur Appareils et avec Equipements. Protocole général
- 5.3.1. Exercices d'allongement
- 5.3.2. Exercices de stabilisation centrale
- 5.3.3. Exercices de mobilisation des articulations
- 5.3.4. Exercices de renforcement
- 5.3.5. Exercices fonctionnels

5.4. Pathologie du disque
- 5.4.1. Pathomécanique
- 5.4.2. Syndromes discaux
- 5.4.3. Différences entre les types de pathologies
- 5.4.4. Bonnes pratiques

5.5. Pathologie des articulations
- 5.5.1. Pathomécanique
- 5.5.2. Syndromes articulaires
- 5.5.3. Types de pathologie
- 5.5.4. Conclusions

5.6. Pathologie musculaire
- 5.6.1. Pathomécanique
- 5.6.2. Syndromes musculaires
- 5.6.3. Types de pathologies
- 5.6.4. Conclusions

5.7. Pathologie du Rachis Cervical
- 5.7.1. Symptomatologie
- 5.7.2. Syndromes cervicaux
- 5.7.3. Protocoles spécifiques
- 5.7.4. Conclusions

5.8. Pathologie de la Colonne Vertébrale Dorsale
- 5.8.1. Symptomatologie
- 5.8.2. Syndromes dorsaux
- 5.8.3. Protocoles spécifiques
- 5.8.4. Conclusions

5.9. Pathologie de la Colonne Vertébrale Lombaire
- 5.9.1. Symptomatologie
- 5.9.2. Syndromes lombaires
- 5.9.3. Protocoles spécifiques
- 5.9.4. Conclusions

5.10. Pathologie Sacro-iliaque
- 5.10.1. Symptomatologie
- 5.10.2. Syndromes lombaires
- 5.10.3. Protocoles spécifiques
- 5.10.4. Conclusions

Module 6. Pilates dans les troubles du Membre Supérieur

6.1. Rappel anatomique de base
- 6.1.1. Ostéologie du Membre Supérieur
- 6.1.2. Myologie du Membre Supérieur
- 6.1.3. Biomécanique du Membre Supérieur
- 6.1.4. Bonnes pratiques

6.2. Exercices de stabilité
- 6.2.1. Présentation des exercices de stabilité
- 6.2.2. Exercices de stabilité MATT
- 6.2.3. Exercices de stabilité sur appareils
- 6.2.4. Meilleurs exercices de stabilité

6.3. Exercices de mobilisation des articulations
- 6.3.1. Présentation des exercices de mobilité articulaire
- 6.3.2. Exercices de mobilité articulaire MATT
- 6.3.3. Exercices de mobilité articulaire sur appareils
- 6.3.4. Meilleurs exercices de mobilité articulaire

6.4. Exercices de renforcement
- 6.4.1. Présentation des exercices de renforcement
- 6.4.2. Exercices de renforcement MATT
- 6.4.3. Exercices de renforcement sur appareils
- 6.4.4. Meilleurs exercices de renforcement

6.5. Exercices fonctionnels
- 6.5.1. Présentation des exercices fonctionnels
- 6.5.2. Exercices fonctionnels MATT
- 6.5.3. Exercices fonctionnels sur appareils
- 6.5.4. Meilleurs exercices fonctionnels

6.6. Pathologie de l'Épaule Protocoles spécifiques
- 6.6.1. Épaule douloureuse
- 6.6.2. Épaule gelée
- 6.6.3. Épaule hypomobile
- 6.6.4. Exercices de l'épaule

6.7. Pathologie du Coude Protocoles spécifiques
- 6.7.1. Pathologie des articulations
- 6.7.2. Pathologie musculo-tendineuse
- 6.7.3. Coude post-traumatique ou post-chirurgical
- 6.7.4. Exercices du Coude

6.8. Pathologie du Poignet
- 6.8.1. Principaux syndromes
- 6.8.2. Types de pathologies du Poignet
- 6.8.3. Exercices du Poignet
- 6.8.4. Conclusions

6.9. Pathologie de la Main
- 6.9.1. Principaux syndromes
- 6.9.2. Types de pathologies de la Main
- 6.9.3. Exercices de la Main
- 6.9.4. Conclusions

6.10. Coincement d'un nerf dans le Membre Supérieur
- 6.10.1. Plexus brachial
- 6.10.2. Nerfs périphériques
- 6.10.3. Types de pathologies
- 6.10.4. Exercices en cas de coincement d'un nerf dans le Membre Supérieur

Module 7. Pilates dans les troubles du Membre Inférieur

7.1. Rappel anatomique de base
- 7.1.1. Ostéologie du Membre Inférieur
- 7.1.2. Myologie du Membre Inférieur
- 7.1.3. Biomécanique du membre inférieur
- 7.1.4. Bonnes pratiques

7.2. Pathologies fréquentes susceptibles d'être traitées par le Pilates
- 7.2.1. Pathologies de croissance
- 7.2.2. Pathologies chez le sportif
- 7.7.3. Autres types de pathologies
- 7.7.4. Conclusions

7.3. Exercices indiqués en Mat, sur Appareils et avec Equipements. Protocole général
- 7.3.1. Exercices de dissociation
- 7.3.2. Exercices de mobilité
- 7.3.3. Exercices de renforcement
- 7.3.4. Exercices fonctionnels

7.4. Pathologie de la Hanche
- 7.4.1. Pathologie des articulations
- 7.4.2. Pathologie musculo-tendineuse
- 7.4.3. Pathologie chirurgicale. Prothèse
- 7.4.4. Exercices de la Hanche

7.5. Pathologie du Genou
- 7.5.1. Pathologie des articulations
- 7.5.2. Pathologie musculo-tendineuse
- 7.5.3. Pathologie chirurgicale. Prothèse
- 7.5.4. Exercices du Genou

7.6. Pathologie de la Cheville
- 7.6.1. Pathologie des articulations
- 7.6.2. Pathologie musculo-tendineuse
- 7.6.3. Pathologie chirurgicale
- 7.6.4. Exercices de la Cheville

7.7. Pathologie du Pied
- 7.7.1. Pathologie articulaire et faciale
- 7.7.2. Pathologie musculo-tendineuse
- 7.7.3. Pathologie chirurgicale
- 7.7.4. Exercices du Pied

7.8. Coincement d'un nerf dans le Membre Inférieur
- 7.8.1. Plexus brachial
- 7.8.2. Nerfs périphériques
- 7.8.3. Types de pathologies
- 7.8.4. Exercices en cas de coincement d'un nerf dans le Membre Inférieur

7.9. Analyse de la chaîne antéro-latérale du Membre Inférieur
- 7.9.1. Qu'est-ce que la chaîne antéro-latérale et quelle est son importance pour le patient?
- 7.9.2. Aspects importants pour le diagnostic
- 7.9.3. Relation entre la chaîne et la pathologie déjà décrite
- 7.9.4. Exercices pour travailler la chaîne antéro-latérale

7.10. Analyse de la chaîne postéro-médiale du Membre Inférieur
- 7.10.1. Qu'est-ce que la chaîne postéro-médiale et quelle est son importance pour le patient?
- 7.10.2. Aspects importants pour le diagnostic
- 7.10.3. Relation du complexe avec la pathologie déjà décrite
- 7.10.4. Exercices pour le travail de la chaîne postéro-médiale

Module 8. Pathologie générale et son traitement par le Pilates

8.1. Système nerveux
- 8.1.1. Système nerveux central
- 8.1.2. Système nerveux périphérique
- 8.1.3. Brève description des voies neuronales
- 8.1.4. Bénéfices de la méthode Pilates dans les pathologies neurologiques

8.2. Évaluation neurologique axée sur la méthode Pilates
- 8.2.1. Anamnèse
- 8.2.2. Diagnostic de la force et du tonus
- 8.2.3. Diagnostic de la sensibilité
- 8.2.4. Tests et échelles

8.3. Pathologies neurologiques les plus répandues et preuves scientifiques dans la méthode Pilates
- 8.3.1. Brève description des pathologies
- 8.3.2. Principes de base de la méthode Pilates dans les pathologies neurologiques
- 8.3.3. Adaptation des positions de Pilates
- 8.3.4. Adaptation des exercices Pilates

8.4. Sclérose en plaques
- 8.4.1. Description de la pathologie
- 8.4.2. Diagnostic des capacités du patient
- 8.4.3. Adaptation des exercices de Pilates au sol
- 8.4.4. Adaptation des exercices de Pilates avec des éléments

8.5. Accident vasculaire cérébral
- 8.5.1. Description de la pathologie
- 8.5.2. Diagnostic des capacités du patient
- 8.5.3. Adaptation des exercices de Pilates au sol
- 8.5.4. Adaptation des exercices de Pilates avec des éléments

8.6. La maladie de Parkinson
- 8.6.1. Description de la pathologie
- 8.6.2. Diagnostic des capacités du patient
- 8.6.3. Adaptation des exercices de Pilates au sol
- 8.6.4. Adaptation des exercices de Pilates avec des éléments

8.7. Paralysie cérébrale
- 8.7.1. Description de la pathologie
- 8.7.2. Diagnostic des capacités du patient
- 8.7.3. Adaptation des exercices de Pilates au sol
- 8.7.4. Adaptation des exercices de Pilates avec des éléments

8.8. Personnes âgées
- 8.8.1. Pathologies liées à l'âge
- 8.8.2. Diagnostic des capacités du patient
- 8.8.3. Exercices indiqués
- 8.8.4. Exercices contre-indiqués

8.9. Ostéoporose
- 8.9.1. Description de la pathologie
- 8.9.2. Diagnostic des capacités du patient
- 8.9.3. Exercices indiqués
- 8.9.4. Exercices contre-indiqués

8.10. Problèmes du Plancher Pelvien: incontinence urinaire
- 8.10.1. Description de la pathologie
- 8.10.2. Incidence et prévalence
- 8.10.3. Exercices indiqués
- 8.10.4. Exercices contre-indiqués

Module 9. Pilates pendant la Grossesse, l'Accouchement et le Post-partum

9.1. Premier trimestre
- 9.1.1. Changements au cours du premier trimestre
- 9.1.2. Bénéfices et objectifs
- 9.1.3. Exercices indiqués
- 9.1.4. Contre-indications

9.2. Deuxième trimestre
- 9.2.1. Changements au cours du second trimestre
- 9.2.2. Bénéfices et objectifs
- 9.2.3. Exercices indiqués
- 9.2.4. Contre-indications

9.3. Troisième trimestre
- 9.3.1. Changements au cours du troisième trimestre
- 9.3.2. Bénéfices et objectifs
- 9.3.3. Exercices indiqués
- 9.3.4. Contre-indications

9.4. Accouchement
- 9.4.1. Phase de dilatation et d'expulsion
- 9.4.2. Bénéfices et objectifs
- 9.4.3. Recommandations
- 9.4.4. Contre-indications

9.5. Post-partum immédiat
- 9.5.1. Récupération et post-partum
- 9.5.2. Bénéfices et objectifs
- 9.5.3. Exercices indiqués
- 9.5.4. Contre-indications

9.6. Incontinence urinaire et Plancher Pelvien
- 9.6.1. Anatomie concernée
- 9.6.2. Physiopathologie
- 9.6.3. Exercices indiqués
- 9.6.4. Contre-indications

9.7. Problèmes liés à la grossesse et approche à travers la Méthode Pilates
- 9.7.1. Changement statique du corps
- 9.7.2. Les problèmes les plus courants
- 9.7.3. Exercices indiqués
- 9.7.4. Contre-indications

9.8. Préparation à la grossesse
- 9.8.1. Bénéfices de la préparation physique pendant la recherche de la grossesse
- 9.8.2. Activité physique recommandée
- 9.8.3. Exercices recommandés au cours de la première grossesse
- 9.8.4. Préparation pendant la recherche de la deuxième grossesse et des grossesses suivantes

9.9. Post-partum Tardif
- 9.9.1. Changements anatomiques à long terme
- 9.9.2. Préparation à la reprise de l'activité physique
- 9.9.3. Exercices indiqués
- 9.9.4. Contre-indications

9.10. Modifications post-partum
- 9.10.1. Diastase abdominale
- 9.10.2. Déplacement statique du bassin et prolapsus
- 9.10.3. Altérations de la musculature abdominale profonde
- 9.10.4. Indications et contre-indications de la césarienne

Module 10. Pilates dans les sports

10.1. Football
- 10.1.1. Blessures les plus courantes
- 10.1.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
- 10.1.3. Bénéfices et Objectifs
- 10.1.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau

10.2. Sport de raquette
- 10.2.1. Blessures les plus courantes
- 10.2.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
- 10.2.3. Bénéfices et Objectifs
- 10.2.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau

10.3. Basket-ball
- 10.3.1. Blessures les plus courantes
- 10.3.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
- 10.3.3. Bénéfices et Objectifs
- 10.3.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau

10.4. Handball
- 10.4.1. Blessures les plus courantes
- 10.4.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
- 10.4.3. Bénéfices et Objectifs
- 10.4.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau

10.5. Golf
- 10.5.1. Blessures les plus courantes
- 10.5.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
- 10.5.3. Bénéfices et Objectifs
- 10.5.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau

10.6. Natation
- 1.6.1. Blessures les plus courantes
- 1.6.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
- 1.6.3. Bénéfices et Objectifs
- 1.6.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau

10.7. Athlétisme
- 10.7.1. Blessures les plus courantes
- 10.7.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
- 10.7.3. Bénéfices et Objectifs
- 10.7.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau

10.8. Danse et arts du spectacle
- 10.8.1. Blessures les plus courantes
- 10.8.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
- 10.8.3. Bénéfices et Objectifs
- 10.8.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau

10.9. Hockey sur glace
- 10.9.1. Blessures les plus courantes
- 10.9.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
- 10.9.3. Bénéfices et Objectifs
- 10.9.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau

10.10. Rugby
- 10.10.1. Blessures les plus courantes
- 10.10.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
- 10.10.3. Bénéfices et Objectifs
- 10.10.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau

Un parcours académique de 1.500 heures qui vous garantit une maîtrise approfondie des techniques les plus avancées des Piliers Thérapeutiques. N'attendez plus et inscrivez-vous dès maintenant"

06

Méthodologie d'étude

TECH Euromed University est la première au monde à combiner la méthodologie des ***case studies*** avec ***Relearning***, un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition guidée.

Cette stratégie d'enseignement innovante est conçue pour offrir aux professionnels la possibilité d'actualiser leurs connaissances et de développer leurs compétences de manière intensive et rigoureuse. Un modèle d'apprentissage qui place l'étudiant au centre du processus académique et lui donne le rôle principal, en s'adaptant à ses besoins et en laissant de côté les méthodologies plus conventionnelles.

TECH Euromed University vous prépare à relever de nouveaux défis dans des environnements incertains et à réussir votre carrière"

L'étudiant: la priorité de tous les programmes de TECH Euromed University

Dans la méthodologie d'étude de TECH Euromed University, l'étudiant est le protagoniste absolu.

Les outils pédagogiques de chaque programme ont été sélectionnés en tenant compte des exigences de temps, de disponibilité et de rigueur académique que demandent les étudiants d'aujourd'hui et les emplois les plus compétitifs du marché.

Avec le modèle éducatif asynchrone de TECH Euromed University, c'est l'étudiant qui choisit le temps qu'il consacre à l'étude, la manière dont il décide d'établir ses routines et tout cela dans le confort de l'appareil électronique de son choix. L'étudiant n'a pas besoin d'assister à des cours en direct, auxquels il ne peut souvent pas assister. Les activités d'apprentissage se dérouleront à votre convenance. Vous pouvez toujours décider quand et où étudier.

"À TECH Euromed University, vous n'aurez PAS de cours en direct (auxquelles vous ne pourrez jamais assister)"

Les programmes d'études les plus complets au niveau international

TECH Euromed University se caractérise par l'offre des itinéraires académiques les plus complets dans l'environnement universitaire. Cette exhaustivité est obtenue grâce à la création de programmes d'études qui couvrent non seulement les connaissances essentielles, mais aussi les dernières innovations dans chaque domaine.

Grâce à une mise à jour constante, ces programmes permettent aux étudiants de suivre les évolutions du marché et d'acquérir les compétences les plus appréciées par les employeurs. Ainsi, les diplômés de TECH Euromed University reçoivent une préparation complète qui leur donne un avantage concurrentiel significatif pour progresser dans leur carrière.

De plus, ils peuvent le faire à partir de n'importe quel appareil, PC, tablette ou smartphone.

> *Le modèle de TECH Euromed University est asynchrone, de sorte que vous pouvez étudier sur votre PC, votre tablette ou votre smartphone où vous voulez, quand vous voulez et aussi longtemps que vous le voulez"*

Case studies ou Méthode des cas

La méthode des cas est le système d'apprentissage le plus utilisé par les meilleures écoles de commerce du monde. Développée en 1912 pour que les étudiants en Droit n'apprennent pas seulement le droit sur la base d'un contenu théorique, sa fonction était également de leur présenter des situations réelles et complexes. De cette manière, ils pouvaient prendre des décisions en connaissance de cause et porter des jugements de valeur sur la manière de les résoudre. Elle a été établie comme méthode d'enseignement standard à Harvard en 1924.

Avec ce modèle d'enseignement, ce sont les étudiants eux-mêmes qui construisent leurs compétences professionnelles grâce à des stratégies telles que *Learning by doing* ou le *Design Thinking*, utilisées par d'autres institutions renommées telles que Yale ou Stanford.

Cette méthode orientée vers l'action sera appliquée tout au long du parcours académique de l'étudiant avec TECH Euromed University. Vous serez ainsi confronté à de multiples situations de la vie réelle et devrez intégrer des connaissances, faire des recherches, argumenter et défendre vos idées et vos décisions. Il s'agissait de répondre à la question de savoir comment ils agiraient lorsqu'ils seraient confrontés à des événements spécifiques complexes dans le cadre de leur travail quotidien.

Méthode *Relearning*

À TECH Euromed University, les *case studies* sont complétées par la meilleure méthode d'enseignement 100% en ligne: le *Relearning*.

Cette méthode s'écarte des techniques d'enseignement traditionnelles pour placer l'apprenant au centre de l'équation, en lui fournissant le meilleur contenu sous différents formats. De cette façon, il est en mesure de revoir et de répéter les concepts clés de chaque matière et d'apprendre à les appliquer dans un environnement réel.

Dans le même ordre d'idées, et selon de multiples recherches scientifiques, la répétition est le meilleur moyen d'apprendre. C'est pourquoi TECH Euromed University propose entre 8 et 16 répétitions de chaque concept clé au sein d'une même leçon, présentées d'une manière différente, afin de garantir que les connaissances sont pleinement intégrées au cours du processus d'étude.

Le Relearning vous permettra d'apprendre plus facilement et de manière plus productive tout en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant des opinions: une équation directe vers le succès.

Un Campus Virtuel 100% en ligne avec les meilleures ressources didactiques

Pour appliquer efficacement sa méthodologie, TECH Euromed University se concentre à fournir aux diplômés du matériel pédagogique sous différents formats: textes, vidéos interactives, illustrations et cartes de connaissances, entre autres. Tous ces supports sont conçus par des enseignants qualifiés qui axent leur travail sur la combinaison de cas réels avec la résolution de situations complexes par la simulation, l'étude de contextes appliqués à chaque carrière professionnelle et l'apprentissage basé sur la répétition, par le biais d'audios, de présentations, d'animations, d'images, etc.

Les dernières données scientifiques dans le domaine des Neurosciences soulignent l'importance de prendre en compte le lieu et le contexte d'accès au contenu avant d'entamer un nouveau processus d'apprentissage. La possibilité d'ajuster ces variables de manière personnalisée aide les gens à se souvenir et à stocker les connaissances dans l'hippocampe pour une rétention à long terme. Il s'agit d'un modèle intitulé *Neurocognitive context-dependent e-learning* qui est sciemment appliqué dans le cadre de ce diplôme d'université.

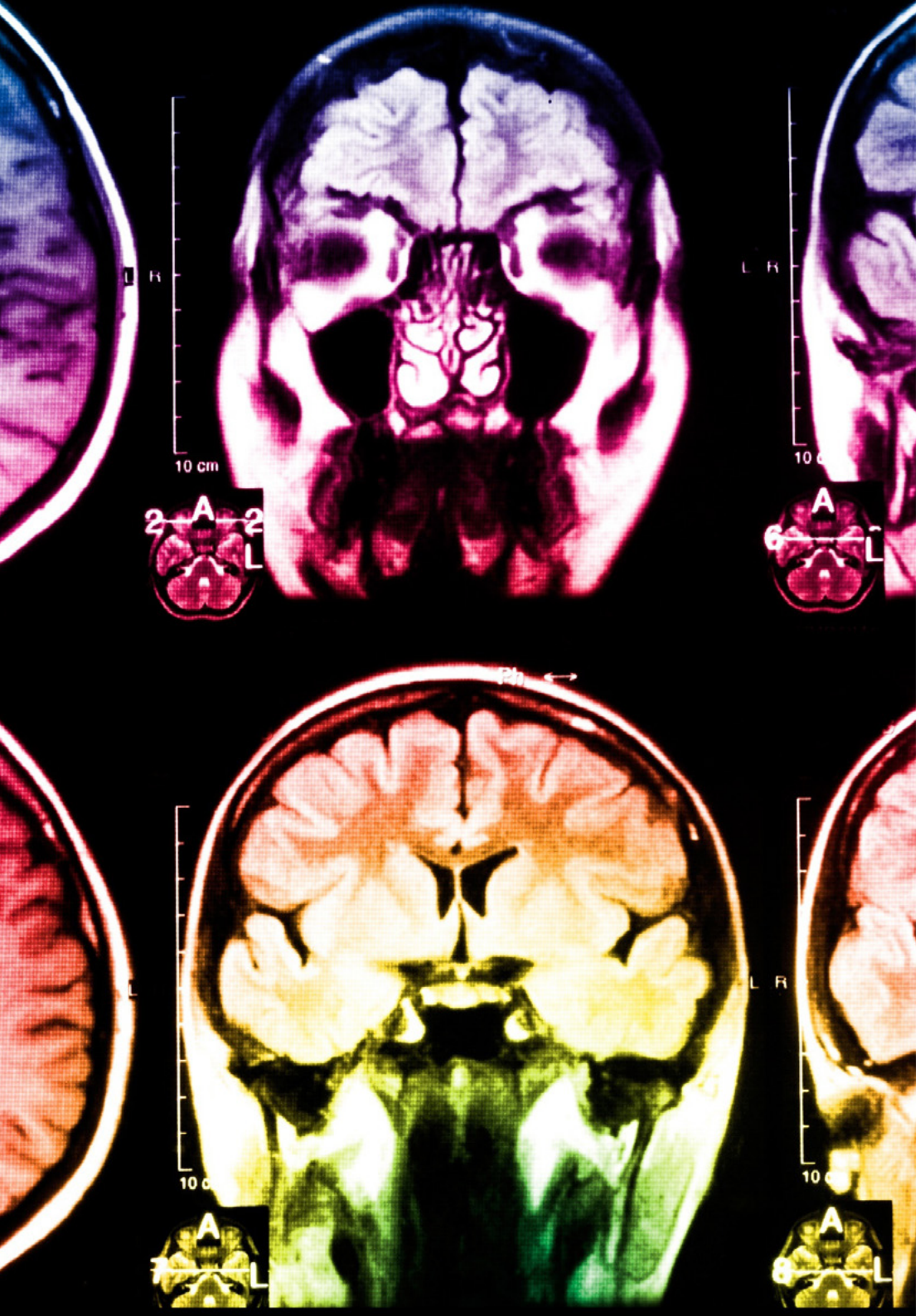
D'autre part, toujours dans le but de favoriser au maximum les contacts entre mentors et mentorés, un large éventail de possibilités de communication est offert, en temps réel et en différé (messagerie interne, forums de discussion, service téléphonique, contact par courrier électronique avec le secrétariat technique, chat et vidéoconférence).

De même, ce Campus Virtuel très complet permettra aux étudiants TECH Euromed University d'organiser leurs horaires d'études en fonction de leurs disponibilités personnelles ou de leurs obligations professionnelles. De cette manière, ils auront un contrôle global des contenus académiques et de leurs outils didactiques, mis en fonction de leur mise à jour professionnelle accélérée.

> *Le mode d'étude en ligne de ce programme vous permettra d'organiser votre temps et votre rythme d'apprentissage, en l'adaptant à votre emploi du temps"*

L'efficacité de la méthode est justifiée par quatre acquis fondamentaux:

1. Les étudiants qui suivent cette méthode parviennent non seulement à assimiler les concepts, mais aussi à développer leur capacité mentale au moyen d'exercices pour évaluer des situations réelles et appliquer leurs connaissances.
2. L'apprentissage est solidement traduit en compétences pratiques ce qui permet à l'étudiant de mieux s'intégrer dans le monde réel.
3. L'assimilation des idées et des concepts est rendue plus facile et plus efficace, grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité.
4. Le sentiment d'efficacité de l'effort investi devient un stimulus très important pour les étudiants, qui se traduit par un plus grand intérêt pour l'apprentissage et une augmentation du temps passé à travailler sur le cours.



La méthodologie universitaire la mieux évaluée par ses étudiants

Les résultats de ce modèle académique innovant sont visibles dans les niveaux de satisfaction générale des diplômés de TECH Euromed University.

L'évaluation par les étudiants de la qualité de l'enseignement, de la qualité du matériel, de la structure du cours et des objectifs est excellente. Il n'est pas surprenant que l'institution soit devenue l'université la mieux évaluée par ses étudiants selon l'indice global score, obtenant une note de 4,9 sur 5.

Accédez aux contenus de l'étude depuis n'importe quel appareil disposant d'une connexion Internet (ordinateur, tablette, smartphone) grâce au fait que TECH Euromed University est à la pointe de la technologie et de l'enseignement.

Vous pourrez apprendre grâce aux avantages offerts par les environnements d'apprentissage simulés et à l'approche de l'apprentissage par observation: le Learning from an expert.

Ainsi, le meilleur matériel pédagogique, minutieusement préparé, sera disponible dans le cadre de ce programme:

Matériel didactique

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui enseignent les cours. Ils ont été conçus en exclusivité pour le programme afin que le développement didactique soit vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel afin de mettre en place notre mode de travail en ligne, avec les dernières techniques qui nous permettent de vous offrir une grande qualité dans chacune des pièces que nous mettrons à votre service.

Pratique des aptitudes et des compétences

Vous effectuerez des activités visant à développer des compétences et des aptitudes spécifiques dans chaque domaine. Pratiques et dynamiques permettant d'acquérir et de développer les compétences et les capacités qu'un spécialiste doit acquérir dans le cadre de la mondialisation dans laquelle nous vivons.

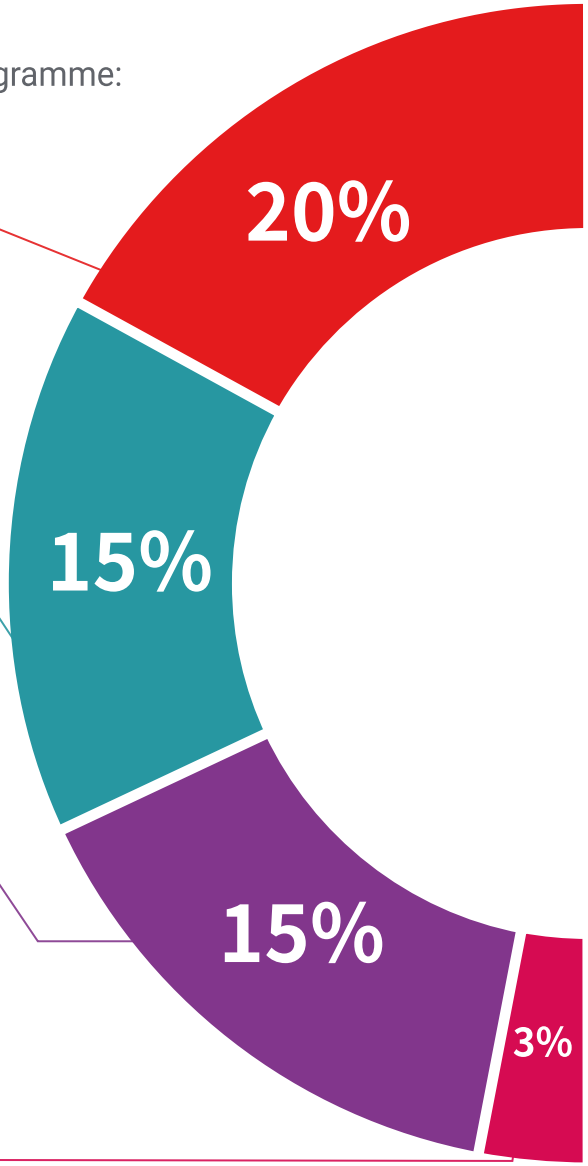
Résumés interactifs

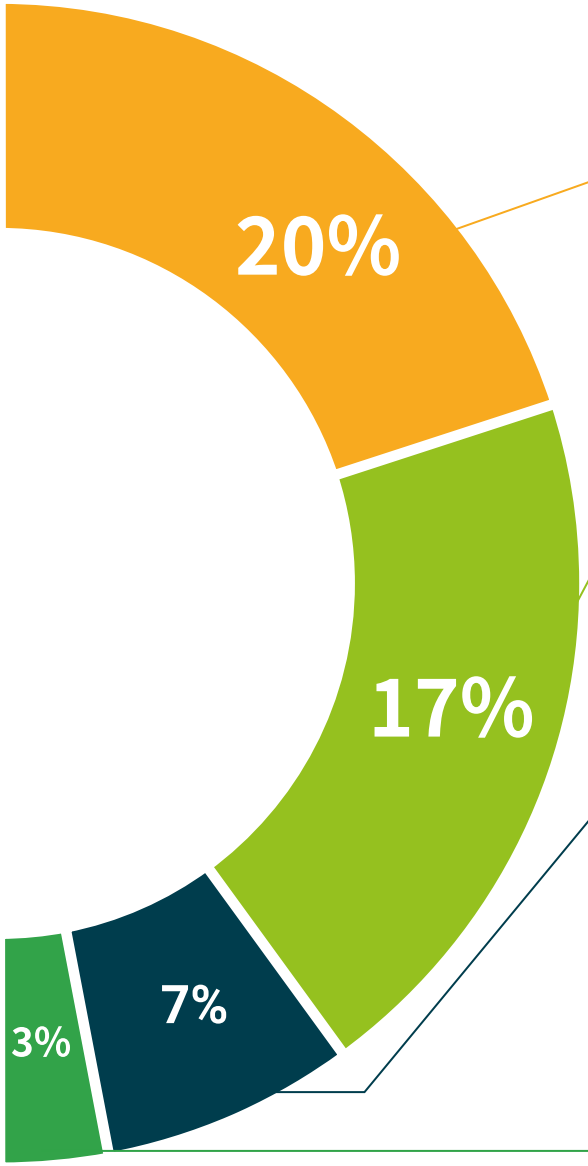
Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias qui incluent de l'audio, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

Ce système éducatif unique de présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que»European Success Story".

Lectures complémentaires

Articles récents, documents de consensus, guides internationaux, etc... Dans notre bibliothèque virtuelle, vous aurez accès à tout ce dont vous avez besoin pour compléter votre formation.





Case Studies

Vous réaliserez une sélection des meilleures case studies dans le domaine. Des cas présentés, analysés et encadrés par les meilleurs spécialistes internationaux.

Testing & Retesting

Nous évaluons et réévaluons périodiquement vos connaissances tout au long du programme. Nous le faisons sur 3 des 4 niveaux de la Pyramide de Miller.

Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert.

La méthode Learning from an Expert permet au professionnel de renforcer ses connaissances ainsi que sa mémoire, puis lui permet d'avoir davantage confiance en lui concernant la prise de décisions difficiles.

Guides d'action rapide

TECH Euromed University propose les contenus les plus pertinents du programme sous forme de fiches de travail ou de guides d'action rapide. Un moyen synthétique, pratique et efficace pour vous permettre de progresser dans votre apprentissage.

07

Diplôme

Le Mastère Spécialisé en Pilates Thérapeutique garantit, outre la formation la plus rigoureuse et la plus actualisée, l'accès à un diplôme de Mastère Spécialisé délivré par TECH Global University, et un autre par Euromed University of Fes.

Terminez ce programme avec succès et recevez votre diplôme sans avoir à vous soucier des déplacements ou des formalités administratives”

Le programme du **Mastère Spécialisé en Pilates Thérapeutique** est le programme le plus complet sur la scène académique actuelle. Après avoir obtenu leur diplôme, les étudiants recevront un diplôme d'université délivré par TECH Global University et un autre par Université Euromed de Fès.

Ces diplômes de formation continue et et d'actualisation professionnelle de TECH Global University et d'Université Euromed de Fès garantissent l'acquisition de compétences dans le domaine de la connaissance, en accordant une grande valeur curriculaire à l'étudiant qui réussit les évaluations et accrédite le programme après l'avoir suivi dans son intégralité.

Ce double certificat, de la part de deux institutions universitaires de premier plan, représente une double récompense pour une formation complète et de qualité, assurant à l'étudiant l'obtention d'une certification reconnue au niveau national et international. Ce mérite académique vous positionnera comme un professionnel hautement qualifié, prêt à relever les défis et à répondre aux exigences de votre secteur professionnel.

Diplôme : **Mastère Spécialisé en Pilates Thérapeutique**
Modalité : **en ligne**
Durée : **12 mois**
Accréditation : **60 ECTS**

tech Global University

M./Mme _____, avec document d'identification _____
a passé et obtenu avec succès le diplôme de:

Mastère Spécialisé en Pilates Thérapeutique

Il s'agit d'un diplôme de Mastère Spécialisé de 1.500 heures, équivalant à 60 ECTS, dont la date de début est le jj/mm/aaaa et la date de fin le jj/mm/aaaa.

TECH Global University est une université officiellement reconnue par le Gouvernement d'Andorre le 31 janvier 2024, qui appartient à l'Espace Européen de l'Enseignement Supérieur (EEES).

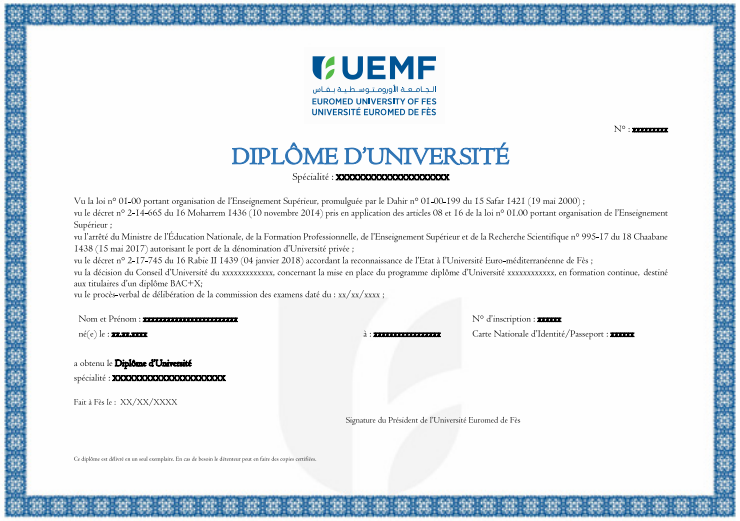
À Andorre-la-Vieille, 28 février 2024

Dr Pedro Navarro Illana
Recteur

Université en ligne officielle de la NBA

Ce diplôme doit impérativement être accompagné d'un diplôme universitaire reconnu par les autorités compétentes afin d'exercer la profession dans chaque pays.

Code Unique TECH: AFWOR23S techtitute.com/diplômes


UEMF
EUROMED UNIVERSITY OF FES
UNIVERSITÉ EUROMED DE FÈS

N° : xxxxxxxx

DIPLÔME D'UNIVERSITÉ

Spécialité : xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx

Vu la loi n° 01-00 portant organisation de l'Enseignement Supérieur, promulguée par le Dahir n° 01-00-199 du 15 Safar 1421 (19 mai 2000) ;
vu le décret n° 2-14-665 du 16 Moharrem 1436 (10 novembre 2014) pris en application des articles 08 et 16 de la loi n° 01.00 portant organisation de l'Enseignement Supérieur ;
vu l'arrêté du Ministre de l'Éducation Nationale, de la Formation Professionnelle, de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche Scientifique n° 995-17 du 18 Chaabane 1438 (15 mai 2017) autorisant le port de la dénomination d'Université privée ;
vu le décret n° 2-17-745 du 16 Rabie II 1439 (04 janvier 2018) accordant la reconnaissance de l'Etat à l'Université Euro-méditerranéenne de Fès ;
vu la décision du Conseil d'Université du xxxxxxxxxxxxx, concernant la mise en place du programme diplôme d'Université xxxxxxxxxxxx, en formation continue, destiné aux titulaires d'un diplôme BAC+Xx ;
vu le procès-verbal de délibération de la commission des examens daté du : xx/xx/xxxx ;

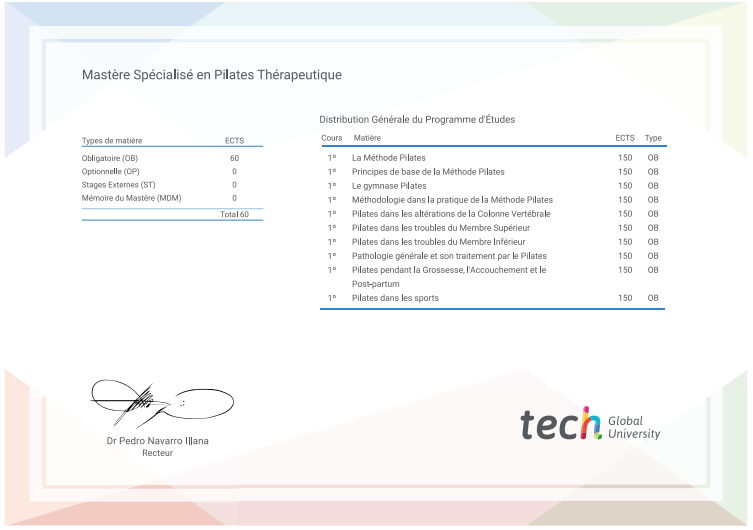
Nom et Prénom : xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx
né(e) le : xx.xx.xxxx
à : xxxxxxxxxxxxxxxx
N° d'inscription : xxxxxx
Carte Nationale d'Identité/Passeport : xxxxxx

a obtenu le **Diplôme d'Université**
spécialité : xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx

Fait à Fès le : XX/XX/XXXX

Signature du Président de l'Université Euromed de Fès

Ce diplôme est délivré en un seul exemplaire. En cas de besoin le détenteur peut en faire des copies certifiées.


Mastère Spécialisé en Pilates Thérapeutique

Distribution Générale du Programme d'Études

Types de matière	ECTS
Obligatoire (OB)	60
Optionnelle (OP)	0
Stages Externes (ST)	0
Mémoire du Mastère (MDM)	0
	Total 60

Cours	Matière	ECTS	Type
1°	La Méthode Pilates	150	OB
1°	Principes de base de la Méthode Pilates	150	OB
1°	Le gymnase Pilates	150	OB
1°	Méthodologie dans la pratique de la Méthode Pilates	150	OB
1°	Pilates dans les altérations de la Colonne Vertébrale	150	OB
1°	Pilates dans les troubles du Membre Supérieur	150	OB
1°	Pilates dans les troubles du Membre Inférieur	150	OB
1°	Pathologie générale et son traitement par le Pilates	150	OB
1°	Pilates pendant la Grossesse, l'Accouchement et le Post-partum	150	OB
1°	Pilates dans les sports	150	OB

Dr Pedro Navarro Illana
Recteur

tech Global University

*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH Euromed University fera les démarches nécessaires pour son obtention moyennant un coût supplémentaire.

future
santé confiance personnes
éducation information tuteurs
garantie accréditation enseignement
institutions technologie apprentissage
communauté engagement
service personnalisé innovation
connaissance présent qualité
en ligne formation
développement institutions
classe virtuelle langues

tech Euromed University

Mastère Spécialisé

Pilates Thérapeutique

- Modalité: **en ligne**
- Durée: **12 mois**
- Qualification: **TECH Euromed University**
- Horaire: **à votre rythme**
- Examens: **en ligne**

Mastère Spécialisé
Pilates Thérapeutique

Approuvé par la NBA

tech Euromed University