

# Corso Universitario Metodo Pilates

Approvato dalla NBA





**tech** università  
tecnologica

## Corso Universitario Metodo Pilates

- » Modalità: online
- » Durata: 12 settimane
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Orario: a tua scelta
- » Esami: online

Accesso al sito web: [www.techitute.com/it/scienze-motorie/corso-universitario/metodo-pilates](http://www.techitute.com/it/scienze-motorie/corso-universitario/metodo-pilates)

# Indice

01

Presentazione

---

*pag. 4*

02

Obiettivi

---

*pag. 8*

03

Direzione del corso

---

*pag. 12*

04

Struttura e contenuti

---

*pag. 16*

05

Metodologia

---

*pag. 20*

06

Titolo

---

*pag. 28*

# 01

# Presentazione

La maggiore consapevolezza della società sull'importanza dell'attività fisica ha portato persone di diverse età a cercare opzioni come il Metodo Pilates per lavorare sui muscoli e sulla flessibilità al fine di prevenire o curare gli infortuni. Un ampio campo d'azione, che apporta importanti benefici alla salute e porta i professionisti dello Sport a mantenersi aggiornati sugli esercizi, sul loro adattamento e sulle diverse tipologie esistenti. Una progressione evidente in questo programma 100% online, che porta lo studente a ottenere un aggiornamento completo in sole 6 settimane e attraverso i contenuti multimediali più innovativi del panorama accademico attuale.



“

*Un Corso Universitario in modalità  
100% online che ti permetterà in sole 6  
settimane di ottenere un aggiornamento  
completo sul Metodo Pilates”*

Per essere fisicamente attivi, è importante progredire nell'aspetto della condizione fisica, dove si potrà rafforzare ogni muscolo, garantendo una migliore esecuzione degli esercizi. In questo modo, il Pilates raggiunge questi obiettivi anche senza affaticarsi eccessivamente e pensando alla cura del corpo. Per questo motivo, i preparatori fisici di diverse discipline hanno iniziato a implementare questa attività nelle loro sessioni di allenamento, dove hanno scoperto i benefici, dal rafforzamento al recupero fisico dopo una partita, un combattimento o un round, a seconda della disciplina praticata dall'atleta.

Si tratta inoltre di un campo in costante ricerca, che richiede agli esperti la disponibilità ad aggiornarsi e ad acquisire nuovi metodi di allenamento nel Pilates. In questo modo, questo Corso Universitario fornirà al professionista gli sviluppi più recenti del Metodo Pilates e fornirà una conoscenza approfondita dei fondamenti e del background del Pilates.

Lo specialista rafforzerà le proprie conoscenze in aree importanti come i punti chiave del pilates classico e i contributi del pilates moderno, nonché i fondamenti e l'evoluzione del floor pilates. Si tratta di un programma che integra un personale docente specializzato e, allo stesso tempo, supportato da contenuti multimediali esclusivi di altissima qualità che offrono dinamismo e comfort con una modalità 100% online.

Questo Corso Universitario offre agli studenti la possibilità di svolgere le sessioni accademiche nel luogo e nell'orario che preferiscono. Sarà necessario solamente un dispositivo dotato di connessione a internet, garantendo la flessibilità professionale in tutti gli aspetti, fornendo materiale aggiornato per completare con successo la qualifica in Metodo Pilates.

Questo **Corso Universitario in Metodo Pilates** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ◆ Sviluppo di casi pratici presentati da esperti in Fisioterapia incentrata nel Metodo Pilates
- ◆ Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici che forniscono informazioni scientifiche e pratiche riguardo alle discipline essenziali per l'esercizio della professione
- ◆ Esercizi pratici che offrono un processo di autovalutazione per migliorare l'apprendimento
- ◆ Particolare enfasi sulle metodologie innovative
- ◆ Lezioni teoriche, domande all'esperto e/o al tutor, forum di discussione su questioni controverse e compiti di riflessione individuale
- ◆ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o mobile dotato di connessione a internet



*I preparatori fisici di diverse discipline hanno iniziato a implementare il Pilates nei loro allenamenti, scoprendo i benefici dal rafforzamento al recupero fisico"*

“

*Questo Corso Universitario  
fornirà al professionista le notizie  
più recenti sul Core di Joseph  
Pilates e sulle prove scientifiche”*

Il personale docente del programma comprende prestigiosi professionisti che apportano a questa qualifica l'esperienza del loro lavoro, oltre a rinomati specialisti riconosciuti di importanti società e prestigiose università.

Contenuti multimediali, sviluppati in base alle ultime tecnologie educative, forniranno al professionista un apprendimento coinvolgente e localizzato, ovvero inserito in un contesto reale.

La creazione di questo programma è incentrata sull'Apprendimento Basato su Problemi, mediante il quale lo specialista deve cercare di risolvere le diverse situazioni che gli si presentano durante il corso. Lo studente potrà usufruire di un innovativo sistema di video interattivi creati da esperti di rinomata fama.

*Approfondisci quando vuoi gli  
esercizi per favorire la stabilità del  
corpo del Pilates attraverso un  
esclusivo contenuto multimediale  
della massima qualità.*

*Grazie a TECH realizzerai le tue  
sessioni accademiche dal sito e  
dal tuo orario di preferenza con la  
modalità 100% online.*



# 02

## Obiettivi

L'obiettivo di questa qualifica è fornire agli studenti gli strumenti migliori e più innovativi per lo sviluppo delle competenze professionali nel campo del Metodo Pilates. Per tale ragione, TECH ha creato una qualifica che consentirà allo studente, nel corso di 150 ore di insegnamento, di aggiornarsi sull'evoluzione e sullo sviluppo di questa disciplina, da una prospettiva teorico-pratica. Inoltre, grazie alla vicinanza del personale docente specializzato, gli studenti potranno risolvere tutti i dubbi che possono avere sul contenuto del programma.





“

*TECH ti offre i migliori e più innovativi  
strumenti pedagogici per aumentare il  
tuo raggio d'azione con il Metodo Pilates"*



## Obiettivi generali

---

- ◆ Migliorare le conoscenze e le competenze professionali nella pratica e nell'insegnamento degli esercizi di Pilates a terra, su diversi macchinari e con attrezzi
- ◆ Differenziare le applicazioni degli esercizi di Pilates e gli adattamenti da apportare a ciascun paziente
- ◆ Stabilire un protocollo di esercizi adattato alla sintomatologia e alla patologia di ogni paziente
- ◆ Definire le progressioni e le regressioni degli esercizi in base alle diverse fasi del processo di recupero di un infortunio
- ◆ Evitare gli esercizi controindicati in base alla precedente valutazione pazienti e clienti
- ◆ Trattare in modo approfondito gli attrezzi utilizzati nel Metodo Pilates
- ◆ Fornire le informazioni necessarie per essere in grado di ricercare informazioni scientifiche e aggiornate sui trattamenti Pilates applicabili alle diverse patologie
- ◆ Analizzare le esigenze e i miglioramenti delle attrezzature Pilates in uno spazio terapeutico destinato agli esercizi Pilates
- ◆ Sviluppare azioni che migliorino l'efficacia degli esercizi di Pilates basandosi sui principi del metodo Pilates
- ◆ Eseguire correttamente e analiticamente gli esercizi basati sul Metodo Pilates
- ◆ Analizzare i cambiamenti fisiologici e posturali che interessano le donne in gravidanza
- ◆ Progettare esercizi adatti alla donna nel corso della gravidanza fino al parto
- ◆ Descrivere l'applicazione del Metodo Pilates in sportivi di alto livello





## Obiettivi specifici

---

- ◆ Approfondire i precedenti del Pilates
- ◆ Approfondire la storia del Pilates
- ◆ Descrivere la metodologia del Pilates
- ◆ Approfondire i fondamenti del Pilates
- ◆ Individuare gli esercizi più importanti
- ◆ Spiegare le posizioni di Pilates da evitare

“

*Approfondisci l'allineamento dei segmenti del corpo e l'articolazione della colonna vertebrale e della sua biomeccanica, da qualsiasi dispositivo digitale dotato di connessione internet”*

# 03

## Direzione del corso

TECH si avvale di un personale docente esperto e rinomato nel campo della Fisioterapia e del metodo Pilates. Il suo eccellente background professionale è evidente in questo programma intensivo, che consentirà agli studenti di rafforzare le proprie competenze nel corso di questo Corso Universitario. In questo modo, gli studenti avranno le garanzie necessarie per specializzarsi a livello internazionale in un settore in forte espansione.



“TECH si avvale di un personale docente esperto e rinomato nel campo della Fisioterapia e del Metodo Pilates”

## Direttrice ospite internazionale

Il Dott. Edward Laskowski è una figura di spicco internazionale nel campo della **Medicina Sportiva** e della **Riabilitazione Fisica**. Certificato dall'**American Board of Physical Medicine and Rehabilitation**, è stato parte integrante del prestigioso staff della **Clinica Mayo**, dove ha ricoperto la carica di **Direttore del Centro di Medicina dello Sport**.

Inoltre, la sua esperienza copre un'ampia gamma di discipline, dalla **Medicina Sportiva** al **Fitness** e all'**Allenamento della Forza e Stabilità**. Ha lavorato a stretto contatto con un team multidisciplinare di specialisti in **Medicina Fisica, Riabilitazione, Ortopedia, Fisioterapia e Psicologia dello Sport**, per fornire un approccio olistico alla cura dei suoi pazienti.

Allo stesso modo, la sua influenza si estende oltre la pratica clinica, in quanto è stato riconosciuto a **livello nazionale e internazionale** per i suoi contributi al mondo dello **sport** e della **salute**. Così, è stato nominato dal presidente **George W. Bush** per il **Consiglio del Presidente sul fitness e lo sport**, e ha ricevuto un **premio di servizio distinto dal Dipartimento della salute e dei servizi umani**, sottolineando il suo impegno per la promozione di **stili di vita sani**.

Inoltre, è stato un elemento chiave in **eventi sportivi** di fama, come le **Olimpiadi invernali (2002)**, a **Salt Lake City**, e la **maratona di Chicago**, fornendo **assistenza medica** di qualità. A ciò si aggiunge la sua dedizione alla **divulgazione**, che si è riflessa nel suo ampio lavoro sulla creazione di **risorse accademiche**, tra cui il **CD-ROM della Clinica Mayo su Sport, Salute e Fitness**, e il suo ruolo di **Contributor Editor** del libro "**Clinica Mayo Fitness for Everybody**". Con una passione per bandire i miti e fornire informazioni accurate e aggiornate, il dottor Edward Laskowski continua ad essere una voce influente nella **Medicina dello Sport** e nel **Fitness globale**.



## Dott. Laskowski, Edward

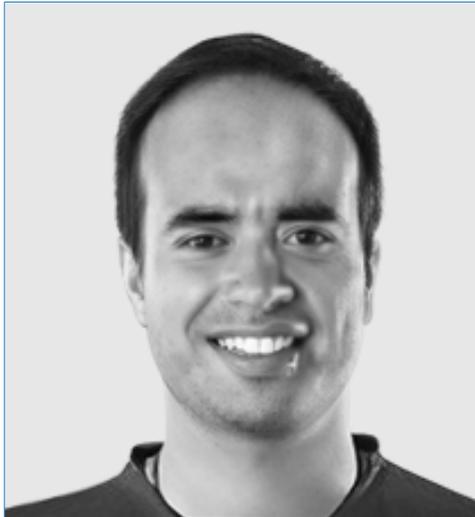
---

- Direttore del Centro di Medicina Sportiva della Clinica Mayo, Stati Uniti
- Consulente medico presso la National Hockey League Association, Stati Uniti
- Medico presso la Clinica Mayo, Stati Uniti
- Membro del Policlinico Olimpico alle Olimpiadi invernali (2002), Salt Lake City
- Specialista in medicina dello sport, fitness, allenamento della forza e allenamento di stabilità
- Certificato dal Consiglio Americano di Medicina Fisica e Riabilitazione
- Contributore del libro "Clinica Mayo Fitness for EveryBody"
- Premio di servizio distinto del Dipartimento di salute e servizi umani
- Membro di: American College of Sports Medicine

“

*Grazie a TECH potrai  
apprendere con i migliori  
professionisti del mondo”*

## Direzione



### Dott. González Arganda, Sergio

- ◆ Fisioterapista del Club di Calcio Atletico di Madrid
- ◆ CEO presso Fisio Domicilio Madrid
- ◆ Docente del Master in Preparazione Fisica e Riabilitazione Sportiva nel Calcio
- ◆ Docente nell'Esperto Universitario in Pilates Clinico
- ◆ Docente del Master in Biomeccanica e Fisioterapia dello Sport
- ◆ Master in Osteopatia dell'Apparato Locomotore presso la Scuola di Osteopatia di Madrid
- ◆ Specialista in Pilates e Riabilitazione della Federazione Reale Spagnola di Ginnastica
- ◆ Master Universitario in Biomeccanica Applicata alla Valutazione degli Infortuni e Tecniche Avanzate in Fisioterapia
- ◆ Laurea in Fisioterapia presso l'Università Pontificia di Comillas

## Personale docente

### Dott.ssa. Valiente Serrano, Noelia

- ◆ Fisioterapista presso Fisio Domicilio Madrid
- ◆ Fisioterapista presso Keiki Fisioterapia
- ◆ Fisioterapista presso Jemed Importaciones

### Dott. Longás de Jesús, Antonio

- ◆ Fisioterapista presso la clínica Lagasca
- ◆ Fisioterapista a Fisio Domicilio Madrid
- ◆ Fisioterapista al Club di Rugby Veterinaria



# 04

## Struttura e contenuti

Questo Corso Universitario in è stato progettato e concepito in base alle più recenti ricerche nel campo del Metodo Pilates, stabilendo un piano di studi che fornisce una grande quantità di contenuti su questa disciplina. In questo modo, questa qualifica accademica mira a fornire contenuti avanzati sull'evoluzione di questa attività fisica, sugli esercizi utilizzati per il bacino come centro di stabilità e movimento per il Core o sulla biomeccanica della colonna vertebrale. Il tutto, attraverso i molteplici strumenti multimediali che offrono dinamismo e una maggiore attrattiva a questo programma universitario.





“

*Questa qualifica accademica è orientata a fornire contenuti avanzati sul bacino come centro di stabilità e di movimento”*

## Modulo 1. Il Metodo Pilates

- 1.1. Joseph Pilates
  - 1.1.1. Joseph Pilates
  - 1.1.2. Libri e postulati
  - 1.1.3. Eredità
  - 1.1.4. Origine esercizio personalizzato
- 1.2. Antecedenti del Metodo Pilates
  - 1.2.1. Riferimenti
  - 1.2.2. Evoluzione
  - 1.2.3. Situazione attuale
  - 1.2.4. Conclusioni
- 1.3. Evoluzione del Metodo
  - 1.3.1. Miglioramenti e modifiche
  - 1.3.2. Contributi al metodo Pilates
  - 1.3.3. Pilates Terapeutico
  - 1.3.4. Pilates e attività fisica
- 1.4. Principi del Metodo Pilates
  - 1.4.1. Definizione dei principi
  - 1.4.2. Evoluzione dei principi
  - 1.4.3. Livelli di progressione
  - 1.4.4. Conclusioni
- 1.5. Pilates classico contro Pilates Contemporaneo/Moderno
  - 1.5.1. Punti chiave nel Pilates Classico
  - 1.5.2. Analisi Pilates moderno/ Classico
  - 1.5.3. Contributi del Pilates Moderno
  - 1.5.4. Conclusioni
- 1.6. Pilates a Terra e Pilates con Macchinari
  - 1.6.1. Fondamenti del Pilates a Terra
  - 1.6.2. Evoluzione del pilates a terra
  - 1.6.3. Fondamenti del Pilates con Macchinari
  - 1.6.4. Evoluzione nel pilates con Macchinari

- 1.7. Evidenze Scientifiche
  - 1.7.1. Riviste scientifiche relative al Pilates
  - 1.7.2. Tesi di dottorato sul Pilates
  - 1.7.3. Pubblicazioni di Pilates
  - 1.7.4. Applicazioni per il Pilates
- 1.8. Linee guida del Metodo Pilates
  - 1.8.1. Tendenze Nazionali
  - 1.8.2. Tendenze internazionali
  - 1.8.3. Analisi delle tendenze
  - 1.8.4. Conclusioni
- 1.9. Le Scuole
  - 1.9.1. Scuole di Formazione di Pilates
  - 1.9.2. Riviste
  - 1.9.3. Evoluzione delle scuole di pilates
  - 1.9.4. Conclusioni
- 1.10. Le Associazioni e Federazioni di Pilates
  - 1.10.1. Definizioni
  - 1.10.2. Contributi
  - 1.10.3. Obiettivi
  - 1.10.4. PMA

## Modulo 2. Fondamenti del Metodo Pilates

- 2.1. Concetti differenti sul metodo
  - 2.1.1. I concetti secondo Joseph Pilates
  - 2.1.2. Evoluzione dei concetti
  - 2.1.3. Generazioni successive
  - 2.1.4. Conclusioni
- 2.2. La Respirazione
  - 2.2.1. I diversi tipi di respirazione
  - 2.2.2. Analisi dei tipi di respirazione
  - 2.2.3. Gli effetti della respirazione
  - 2.2.4. Conclusioni

- 2.3. La pelvi come centro di stabilità e movimento
  - 2.3.1. Il Core di Joseph Pilates
  - 2.3.2. Il Core Scientifico
  - 2.3.3. Fondamenti anatomici
  - 2.3.4. Core nei processi di recupero
- 2.4. L'organizzazione del cingolo scapolare
  - 2.4.1. Revisione anatomica
  - 2.4.2. Biomeccanica della cintura scapolare
  - 2.4.3. Applicazioni del Pilates
  - 2.4.4. Conclusioni
- 2.5. L'organizzazione del movimento dell'arto inferiore
  - 2.5.1. Revisione anatomica
  - 2.5.2. Biomeccanica dell'arto inferiore
  - 2.5.3. Applicazioni del Pilates
  - 2.5.4. Conclusioni
- 2.6. L'articolazione della colonna vertebrale
  - 2.6.1. Revisione anatomica
  - 2.6.2. Biomeccanica della colonna
  - 2.6.3. Applicazioni del Pilates
  - 2.6.4. Conclusioni
- 2.7. Allineamento dei segmenti del corpo
  - 2.7.1. La postura
  - 2.7.2. La postura nel Pilates
  - 2.7.3. Allineamenti segmentari
  - 2.7.4. Catene muscolari e fasciali
- 2.8. Integrazione funzionale
  - 2.8.1. Concetto di integrazione funzionale
  - 2.8.2. Implicazioni per le diverse attività
  - 2.8.3. Il compito
  - 2.8.4. Il contesto
- 2.9. Fondamenti del Pilates Terapeutico
  - 2.9.1. Storia del Pilates Terapeutico
  - 2.9.2. Concetti del Pilates Terapeutico
  - 2.9.3. Criteri del Pilates Terapeutico
  - 2.9.4. Esempi di lesioni o patologie
- 2.10. Pilates classico e Pilates terapeutico
  - 2.10.1. Differenze tra i due metodi
  - 2.10.2. Giustificazione
  - 2.10.3. Progressione
  - 2.10.4. Conclusioni



*Questo Corso Universitario è stato progettato e concepito in base alle più recenti ricerche nel campo del Metodo Pilates"*

05

# Metodologia

Questo programma ti offre un modo differente di imparare. La nostra metodologia si sviluppa in una modalità di apprendimento ciclico: ***il Relearning.***

Questo sistema di insegnamento viene applicato nelle più prestigiose facoltà di medicina del mondo ed è considerato uno dei più efficaci da importanti pubblicazioni come il ***New England Journal of Medicine.***





“

*Scopri il Relearning, un sistema che abbandona l'apprendimento lineare convenzionale, per guidarti attraverso dei sistemi di insegnamento ciclici: una modalità di apprendimento che ha dimostrato la sua enorme efficacia, soprattutto nelle materie che richiedono la memorizzazione”*

### Caso di Studio per contestualizzare tutti i contenuti

Il nostro programma offre un metodo rivoluzionario per sviluppare le abilità e le conoscenze. Il nostro obiettivo è quello di rafforzare le competenze in un contesto mutevole, competitivo e altamente esigente.

“

*Con TECH potrai sperimentare un modo di imparare che sta scuotendo le fondamenta delle università tradizionali in tutto il mondo”*



*Avrai accesso a un sistema di apprendimento basato sulla ripetizione, con un insegnamento naturale e progressivo durante tutto il programma.*



*Imparerai, attraverso attività collaborative e casi reali, la risoluzione di situazioni complesse in ambienti aziendali reali.*

## Un metodo di apprendimento innovativo e differente

Questo programma di TECH consiste in un insegnamento intensivo, creato ex novo, che propone le sfide e le decisioni più impegnative in questo campo, sia a livello nazionale che internazionale. Grazie a questa metodologia, la crescita personale e professionale viene potenziata, effettuando un passo decisivo verso il successo. Il metodo casistico, la tecnica che sta alla base di questi contenuti, garantisce il rispetto della realtà economica, sociale e professionale più attuali.

“

*Il nostro programma ti prepara ad affrontare nuove sfide in ambienti incerti e a raggiungere il successo nella tua carriera”*

Il metodo casistico è stato il sistema di apprendimento più usato nelle migliori facoltà del mondo. Sviluppato nel 1912 affinché gli studenti di Diritto non imparassero la legge solo sulla base del contenuto teorico, il metodo casistico consisteva nel presentare loro situazioni reali e complesse per prendere decisioni informate e giudizi di valore su come risolverle. Nel 1924 fu stabilito come metodo di insegnamento standard ad Harvard.

Cosa dovrebbe fare un professionista per affrontare una determinata situazione? Questa è la domanda con cui ci confrontiamo nel metodo casistico, un metodo di apprendimento orientato all'azione. Durante il programma, gli studenti si confronteranno con diversi casi di vita reale. Dovranno integrare tutte le loro conoscenze, effettuare ricerche, argomentare e difendere le proprie idee e decisioni.

## Metodologia Relearning

TECH coniuga efficacemente la metodologia del Caso di Studio con un sistema di apprendimento 100% online basato sulla ripetizione, che combina 8 diversi elementi didattici in ogni lezione.

Potenziamo il Caso di Studio con il miglior metodo di insegnamento 100% online: il Relearning.

*Nel 2019 abbiamo ottenuto i migliori risultati di apprendimento di tutte le università online del mondo.*

In TECH si impara attraverso una metodologia all'avanguardia progettata per formare i manager del futuro. Questo metodo, all'avanguardia della pedagogia mondiale, si chiama Relearning.

La nostra università è l'unica autorizzata a utilizzare questo metodo di successo. Nel 2019, siamo riusciti a migliorare il livello di soddisfazione generale dei nostri studenti (qualità dell'insegnamento, qualità dei materiali, struttura del corso, obiettivi...) rispetto agli indicatori della migliore università online.





Nel nostro programma, l'apprendimento non è un processo lineare, ma avviene in una spirale (impariamo, disimpariamo, dimentichiamo e re-impariamo). Pertanto, combiniamo ciascuno di questi elementi in modo concentrico. Con questa metodologia abbiamo formato oltre 650.000 laureati con un successo senza precedenti, in ambiti molto diversi come la biochimica, la genetica, la chirurgia, il diritto internazionale, le competenze manageriali, le scienze sportive, la filosofia, il diritto, l'ingegneria, il giornalismo, la storia, i mercati e gli strumenti finanziari. Tutto questo in un ambiente molto esigente, con un corpo di studenti universitari con un alto profilo socio-economico e un'età media di 43,5 anni.

*Il Relearning ti permetterà di apprendere con meno sforzo e più performance, impegnandoti maggiormente nella tua specializzazione, sviluppando uno spirito critico, difendendo gli argomenti e contrastando le opinioni: un'equazione diretta al successo.*

Dalle ultime evidenze scientifiche nel campo delle neuroscienze, non solo sappiamo come organizzare le informazioni, le idee, le immagini e i ricordi, ma sappiamo che il luogo e il contesto in cui abbiamo imparato qualcosa è fondamentale per la nostra capacità di ricordarlo e immagazzinarlo nell'ippocampo, per conservarlo nella nostra memoria a lungo termine.

In questo modo, e in quello che si chiama Neurocognitive Context-dependent E-learning, i diversi elementi del nostro programma sono collegati al contesto in cui il partecipante sviluppa la sua pratica professionale.

Questo programma offre i migliori materiali didattici, preparati appositamente per i professionisti:



#### Materiali di studio

Tutti i contenuti didattici sono creati appositamente per il corso dagli specialisti che lo impartiranno, per fare in modo che lo sviluppo didattico sia davvero specifico e concreto.

Questi contenuti sono poi applicati al formato audiovisivo che supporterà la modalità di lavoro online di TECH. Tutto questo, con le ultime tecniche che offrono componenti di alta qualità in ognuno dei materiali che vengono messi a disposizione dello studente.



#### Master class

Esistono evidenze scientifiche sull'utilità dell'osservazione di esperti terzi.

Imparare da un esperto rafforza la conoscenza e la memoria, costruisce la fiducia nelle nostre future decisioni difficili.



#### Pratiche di competenze e competenze

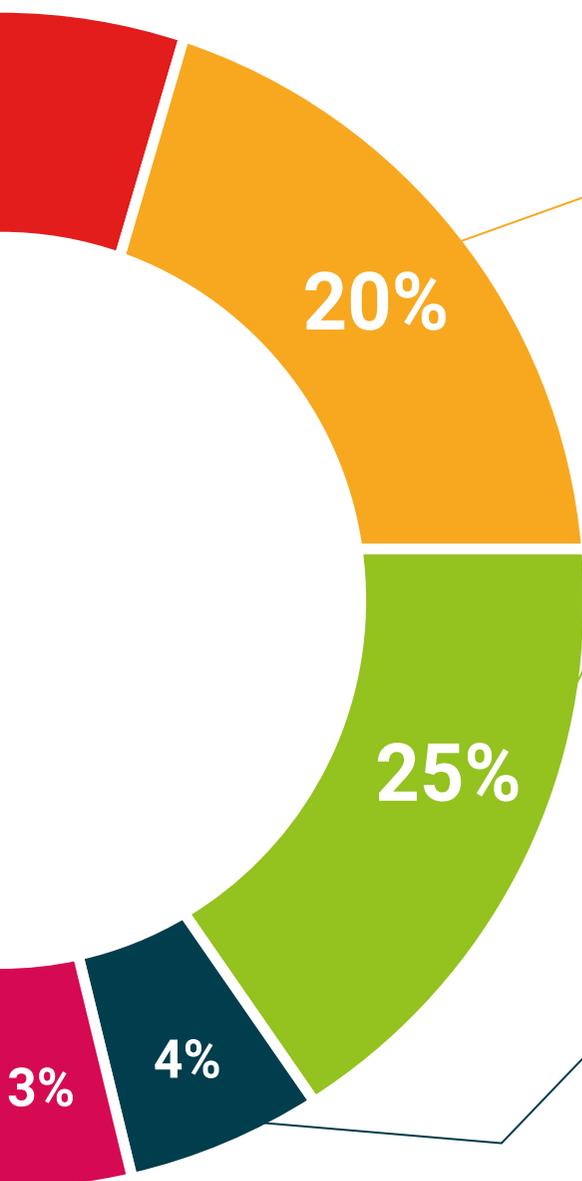
Svolgerai attività per sviluppare competenze e capacità specifiche in ogni area tematica. Pratiche e dinamiche per acquisire e sviluppare le competenze e le abilità che uno specialista deve sviluppare nel quadro della globalizzazione in cui viviamo.



#### Letture complementari

Articoli recenti, documenti di consenso e linee guida internazionali, tra gli altri. Nella biblioteca virtuale di TECH potrai accedere a tutto il materiale necessario per completare la tua specializzazione.





#### Casi di Studio

Completerai una selezione dei migliori casi di studio scelti appositamente per questa situazione. Casi presentati, analizzati e monitorati dai migliori specialisti del panorama internazionale.



#### Riepiloghi interattivi

Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

Questo esclusivo sistema di specializzazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



#### Testing & Retesting

Valutiamo e rivalutiamo periodicamente le tue conoscenze durante tutto il programma con attività ed esercizi di valutazione e di autovalutazione, affinché tu possa verificare come raggiungi progressivamente i tuoi obiettivi.



# 06 Titolo

Il Corso Universitario in Metodo Pilates garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, il conseguimento di una qualifica di Corso Universitario rilasciata da TECH Università Tecnologica.



“

*Supera con successo questo programma  
e ricevi la tua qualifica universitaria senza  
spostamenti o fastidiose formalità”*

Questo **Corso Universitario in Metodo Pilates** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato.

Dopo aver superato la valutazione, lo studente riceverà mediante lettera certificata\* con ricevuta di ritorno, la sua corrispondente qualifica di **Corso Universitario** rilasciata da **TECH Università Tecnologica**.

Il titolo rilasciato da **TECH Università Tecnologica** esprime la qualifica ottenuta nel Corso Universitario, e riunisce tutti i requisiti comunemente richiesti da borse di lavoro, concorsi e commissioni di valutazione di carriere professionali.

Titolo: **Corso Universitario in Metodo Pilates**

N° Ore Ufficiali: **300 o.**

Approvato dalla NBA



\*Apostille dell'Aia. Se lo studente dovesse richiedere che il suo diploma cartaceo sia provvisto di Apostille dell'Aia, TECH EDUCATION effettuerà le gestioni opportune per ottenerla pagando un costo aggiuntivo.

futuro  
salute fiducia persone  
educazione informazione tutor  
garanzia accreditamento insegnamento  
istituzioni tecnologia apprendimento  
comunità impegno  
attenzione personalizzata innovazione  
conoscenza presente qualità  
formazione online  
sviluppo istituzioni  
classe virtuale lingue

**tech** università  
tecnologica

## Corso Universitario Metodo Pilates

- » Modalità: online
- » Durata: 12 settimane
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Orario: a tua scelta
- » Esami: online

# Corso Universitario Metodo Pilates

Approvato dalla NBA

