

Conteúdo Programático:

Conteúdo Programático (Curso 80% prático):

- História do método Pilates.
- Fundamentação teórica.
- Bases científicas.
- Programação motora.
- Estabilidade articular:
 - o Cervical.
 - o Cintura Escapular.
 - o Lombar.
 - o Pélvica.
 - o MMII
- Estabilidade postural:
 - o Cervical.
 - o Cintura Escapular.
 - o Lombar.
 - o Pélvica.
 - o MMII.
- Controle e aprendizado motor.
- Neuroplasticidade.
- Avaliação Cinética e funcional.
- Biofeedback nos exercícios.
- Exercícios terapêuticos nas disfunções motoras e sob condição normal no solo, bola e aparelhos (Studio)
 - o Cadillac.
 - o Reformer.
 - o Wunda-chair.
 - o Ladder Barrel.
 - o Flex Ring.
 - o Foam Roller.

Carga Horária: 120 horas/aula.

Corpo Docente:

Equipe IPGU e docentes convidados de renome nacional e internacional

Prof. Especialista Priscila Abbári Rossi

Fisioterapeuta e Bailarina

Prof. Msc. Guilherme Bertolino

Fisioterapeuta/Especialista em Acupuntura/mestre em Psicobiologia –USP-

Prof. Msc. Jean Luís de Souza

Fisioterapeuta/Especialista em Acupuntura/Mestre em Magistério

Superior/Especialista em Metodologia e Didática