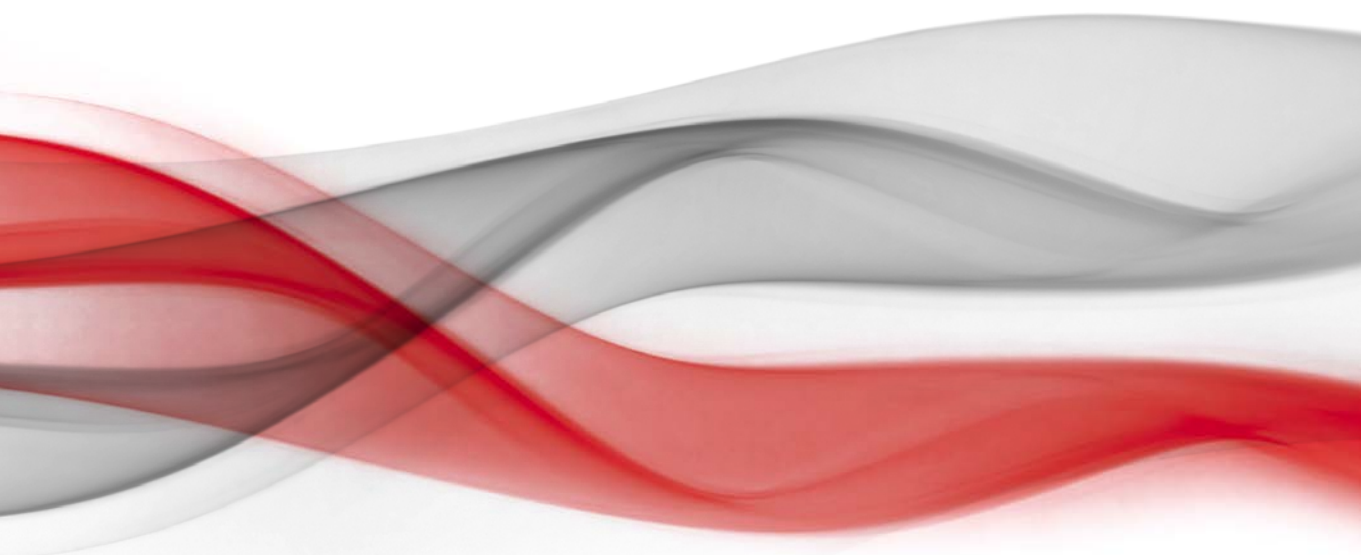

GUIDA INFORMATIVA PILATES NETWORK





Pilates Network è una scuola di formazione sul territorio italiano dal 1999 **approvata dall'Associazione Professionisti Pilates in Italia (APPI)** che richiede 450 per ottenere la qualifica del 3° livello professionista APPI oppure 600 ore per ottenere la qualifica del 4° livello professionista APPI.

APPI è un'Associazione che riunisce le più importanti scuole di formazione e gli insegnanti qualificati della disciplina Pilates in Italia. È stata creata con lo scopo di costituire una comunità di professionisti dedita alla conservazione e arricchimento dell'eredità di Joseph Pilates e del suo metodo di allenamento, stabilendo standard di qualità, incoraggiando l'unità e promuovendo la professionalità.

APPI verifica gli standard educativi e istituzionali della formazione (metodi didattici, contenuti, esami pratici e teorici, procedure burocratiche e amministrative, ecc).

Le ore di studi di Pilates Network sono divise in quattro categorie: **Matwork** (corpo libero e piccoli attrezzi), **Studio** (grandi attrezzi), **Monotematici** (corsi di specializzazione) e **Postural Pilates** (pre-pilates). Lo staff di Pilates Network vanta anni di esperienza in vari campi tra cui fitness, danza moderna e classica, arti marziali, posturologia, kinesiologia, insegnamento nelle scuole superiori e direzione di scuole internazionali.

In questa guida informativa troverete tutte le informazioni utili e gli approfondimenti che riguardano la nostra formazione e le procedure amministrative.

Dal 1999 più di 700 istruttori hanno partecipato alla formazione offerta dalla nostra scuola. Siamo felici di darvi il benvenuto nel nostro Network.

Jolita Trahan
Direttrice

INDICE

- 03 MISSIONE
OBIETTIVI
- 04 BIOGRAFIE
INSEGNANTI
- 08 QUALIFICA
COMPLETA
- 11 COSTI
- 12 SEDI
- 13 REQUISITI E
PROCEDURE
ISCRIZIONE



La missione di Pilates Network è tramandare il lavoro di Joseph Pilates, far conoscere il repertorio originale alla luce delle più attuali ricerche scientifiche, che hanno permesso di approfondirlo e migliorarlo attraverso un approccio più posturale e incentrato sulla propriocezione. Focalizzandosi su una precisa esecuzione e una tecnica corretta, gli allievi di Pilates Network imparano quindi come modificare il repertorio originale per poterlo adattare a varie tipologie di clienti.



MISSIONE

- Sottolineare l'importanza delle conoscenze storiche sulla biografia di Joseph Pilates e insegnare il repertorio originale così come è stato trasmesso dagli anziani (Pilates Network segue l'ordine insegnato da Lolita San Miguel per quel che riguarda i grandi attrezzi e quello di *Return to life* per quel che riguarda la Matwork).
- Insegnare le modifiche del repertorio Matwork e sui grandi attrezzi che permettono agli istruttori di lavorare sul corpo del proprio cliente in modo sicuro ed efficace.
- Evidenziare l'importanza delle abilità didattiche (cueing verbali e tattili) e una conoscenza base dell'anatomia.
- Insegnare i principi base dell'analisi della postura attraverso una valutazione visiva del corpo sia in maniera statica che cinetica.
- Rimarcare l'importanza della sicurezza durante l'utilizzo dei macchinari.
- Incoraggiare gli apprendisti istruttori ad approfondire i propri studi offrendo workshop e corsi con professionisti della comunità Pilates.

OBIETTIVI

BIOGRAFIE INSEGNANTI



Jolita Trahan *Direttrice*

Jolita, di origine Texana, si è trasferita in Italia nel 1978 e per 12 anni ha lavorato presso L'American International School of Florence in veste di Vice-Preside del liceo. Ha iniziato la sua carriera nel settore Fitness nel 1983, ai tempi dell'Aerobica di Jane Fonda.

Ha seguito l'evoluzione del settore, passando per la strada di Hip-Hop, Step, Tonificazione e persino il Bosu fino ad arrivare al "boom" delle discipline Mind-Body, con l'entrata di Pilates nelle sale delle palestre... e poi Pilates ha cambiato la sua vita.

I suoi primi passi nella tecnica Pilates sono stati tramite una collaborazione con Pilates Institute UK quando ha cominciato il suo percorso di studio nel 1998. Nel 1999, Jolita ha portato il metodo di Pilates Institute in Italia e in seguito è diventata docente e direttrice della scuola sul territorio italiano. Un passo importante è avvenuto nel 2007 con l'apertura del suo studio: "TOUCH - Personal Pilates". Un'altra tappa significativa è stata la fondazione della sua scuola di formazione Pilates Network nel 2008.

Spinta dal desiderio di imparare sempre di più, Jolita ha intrapreso il percorso di 250 ore di studio con Lolita San Miguel (Pilates Elder) e nel 2010 ha ricevuto il certificato "Second Generation Master" da Lolita. Sotto la tutela di Lolita è stato possibile accedere all'esame "comprehensive" del NPCP (National Pilates Certification Program) con un esito positivo. Nel 2018 Jolita è stata eletta nel Comitato Direttivo della NPCP e dal 2024 ha iniziato l'incarico nel ruolo di Presidente. In Italia Jolita è membro fondatore del APPI e fa parte del Consiglio Direttivo.

Attualmente Jolita è rinomata come una figura autorevole nel campo di Pilates e viene invitata a presentare i suoi workshop nei vari convegni sia in Italia che all'estero.





Angelica Stella *Docente*

Diplomata presso la Martha Graham School of Contemporary Dance di New York con il massimo livello nel 2006, tra il 2004 e il 2006 danza come solista per la Martha Graham Dance Ensemble in tour negli Stati Uniti e in Europa e per la Martha Graham Dance Company a New York. Tornata in Italia nel 2006 si unisce come danzatrice solista alla compagnia New Dance Drama, con residenza artistica presso il Teatro Comunale di Pietrasanta, con la quale prende parte a tour nazionali e negli Stati Uniti. È insegnante ospite di tecnica Graham presso alcune università e scuole superiori negli Stati Uniti e presso la Jakarta International School a Jakarta, Indonesia. Comincia nel 2007 la sua formazione come istruttrice e personal trainer nel metodo Pilates con la scuola Pilates Network, conseguendone il diploma completo nel giugno del 2012. Nel 2018, ha ottenuto la certificazione NCPT. Attualmente, Angelica è titolare del suo studio Pilates in Versilia.



Daniele Fortuna *Docente*

Ha iniziato il suo percorso di studio nel campo della danza all'età di 6 anni, apprendendo una vasta gamma di discipline coreutiche tra cui danza classica, danza contemporanea, modern jazz, hip-hop, break dance, danze folk e latino americane. Fin da giovane, ha mostrato una spiccata predisposizione al movimento e, a soli 16 anni, può già vantare tre titoli nazionali in competizioni U.I.S.P.. Trasferitosi a Bologna continua la sua formazione classica e contemporanea sotto la guida di rinomati insegnanti, e numerose sono le sue partecipazioni a musical con la compagnia Undicimenodue. Vincitore di una borsa di studio offerta dal "Balletto di Toscana" di Cristina Bozzolini, ha la possibilità di approfondire lo studio della danza classica, tecnica classica maschile e danza contemporanea. Nel 2005 viene ammesso alla Rotterdam Dance Academy. Durante la sua permanenza presso l'accademia, a seguito di un infortunio, ha approfondito lo studio del Metodo Pilates con Marjorie Oron, allieva diretta di Romana Kryzanowska. In seguito intraprende la formazione di Pilates Matwork presso il Pilates Institute diretto da Michael King per poi ampliare le sue conoscenze con Jolita Trahan, allieva di Lolita San Miguel, diretta allieva di Joseph Pilates. Attesta quindi le proprie competenze secondo il programma della Pilates Network. Negli anni successivi si interessa alla posturologia, conseguendo l'abilitazione all'insegnamento presso la scuola di posturo-cinetica diretta dalla Dott.ssa Franca Rossi e dal Dott. Vittorio Bellei, ortopedico e specialista in traumatologia e patologie dell'apparato locomotore. Appassionandosi alle relazioni tra corpo e cervello, attualmente è laureando presso la facoltà di Scienze e tecniche psicologiche.



Marcella Pastore *Docente*

È presidente e fondatrice di A.S.D. Life4Fit® e organizzatrice degli eventi Life4Fit®. Ha ideato i contenuti tecnico-didattici della disciplina Kick4Fit® ed è stata membro del direttivo Tecnico Nazionale FIKBMS – Federazione Italiana Kickboxing, Master Trainer, Responsabile Nazionale.

Con la collaborazione di Giorgio Radici, ha realizzato numerosi programmi formativi: PowerKick System, Suspension Balance Tool System, Power Fit, Power Athletic System.

Oltre ad essere Master Trainer Kick4Fit® e Suspension Balance Tool System, è istruttrice di Savate (Boxe Francese), Nuoto, Acquagym, Tonificazione, Kettlebell ed insegna in più centri fitness a Milano. Ha conseguito la Laurea di Campionessa Italiana Assalto nel 1989, lo stesso anno è diventata Giudice Nazionale e Arbitro Regionale. È stata la prima donna italiana a diventare Istruttore di Savate e a conseguire il grado “Guanto d'argento 1°” nel 1990. Inoltre, ha conseguito la Certificazione Internazionale TRX Suspension Training a Londra nel 2009. Nel 2006 comincia la sua formazione come istruttrice Matwork e personal trainer nel metodo Pilates con la scuola Pilates Network, diretta da Jolita Trahan, conseguendone il Diploma Completo nel 2019. Collabora con Pilates Network nell'organizzazione dei corsi di formazione con sede Milano.



Anna Lattuada *Docente*

Ha iniziato i suoi studi sul metodo Pilates nel 2000 e ha completato le 450 ore di studio con Pilates Network nel 2013.

Nel 2009, ha aperto il suo studio di Pilates “Pilates Quanto Basta”, che era originariamente collocato nel centro benessere B-Fit dove Anna aveva collaborato dal 1984. Ha spostato lo studio nella sua nuova ubicazione nel 2012. Il suo studio è il centro per la formazione di Pilates Network per il Nord Italia (vicino a Milano). Anna ha una laurea in Educazione Fisica e ha insegnato nelle scuole pubbliche italiane e scuole di danza dal 1978 al 2014. Dall'inizio della sua carriera, ha frequentato numerose occasioni di formazione con Reebok Italian University (G. Miller, G. Horizon, M. Masotti, I. Riedel) di Step, Step&Dance, Slide programs, City Jam, Muscle Definition, F.I.R.E., Core Board, Flexible Strength.

Ha inoltre proseguito il suo percorso formativo a Los Angeles e New York come stagista nei centri fitness più conosciuti e nelle scuole di danza dal 1989 al 1996. Nel corso degli anni, ha approfondito la sua tecnica Pilates e completato nel 2008 il corso di ginnastica posturale “Axis” del Dott. Vittorio Bellei e Franca Rossi. Inoltre, è stata titolare di cattedra per il corso extracurricolare di “Teoria Tecnica e Didattica della Tecnica Pilates” presso l'Università Cattolica di Milano dal 2011 al 2013.



Franca Rossi *Docente*

Dopo essersi laureata all'ISEF - Istituto di Educazione Fisica a Roma, ha iniziato la sua carriera lavorativa come insegnante di Educazione Fisica. Ha insegnato per dodici anni presso la scuola media Istituto Paolo Orlando. Ha continuato la sua formazione nel campo della danza e del fitness, dirigendo il suo personale studio di fitness. Nel corso degli anni, è stata presenter nazionale e internazionale di aerobica e fitness, dirigendo numerosi centri sportivi a Roma. Il suo costante bisogno di ampliare le conoscenze sul benessere psico-fisico la porta ad intraprendere studi più specifici nel settore della riabilitazione e della posturologia. Ha conseguito un Master di Posturologia presso L'Università La Sapienza di Roma e di Panca Fit metodo Raggi, divenendo in seguito docente per il corso di formazione "Axis of Life", tecnica di posturo-cinetica ideata e realizzata insieme al Dott. Vittorio Bellei. Contemporaneamente, si specializza nelle tecnica Pilates presso la scuola Pilates Network diretta da Jolita Trahan, divenendone successivamente docente. Da dieci anni è direttrice di un proprio studio di Pilates e ginnastica posturo-cinetica "Punto Fit" con sede a Ostia (Roma).



QUALIFICA DI

3° LIVELLO PROFESSIONISTI DI PILATES APPI

Le linee guida per le scuole approvate da APPI richiedendo un minimo di 450 ore di studio per ottenere la qualifica del 3° Livello Professionista di Pilates.



Gli studi iniziano con il Percorso Matwork che consiste in 7 incontri da autunno a primavera in un anno scolastico. Durante e in seguito al Percorso Matwork, Pilates Network propone il Corso Monotematico Piccoli Attrezzi ed il Corso One-to-One in preparazione al Percorso Studio, dove viene affrontato il repertorio completo sui grandi attrezzi. Il Percorso Studio dura un anno e mezzo con un incontro ogni 3 mesi circa.

Il Percorso Monotematici può essere intrapreso in qualsiasi momento. Il workshop Piccoli Attrezzi (che include il magic circle) è necessario per il conseguimento della Qualifica Completa. Gli argomenti degli altri workshop possono variare, per esempio: Anatomia Tri-dimensionale, Scoliosi, Stabilità del Cingolo Scapolo-omeroale, Anziani e Osteoporosi, Pilates per la Protesi all'Anca, Pilates per Endometriosi, ed altro ancora.

Concluse le 450 ore il candidato può richiedere una lettera di presentazione da Jolita Trahan per accedere all'esame della National Pilates Certification Program (NPCP).

Quando tutti i requisiti accademici e le competenze richieste sono stati raggiunti e dopo che tutti gli obblighi finanziari verso la scuola sono stati rispettati, la scuola rilascerà un "Attestato di Completamento".

N.B. Il completamento del programma comprensivo di 450 ore non garantisce la qualifica di NCPT, né un contratto di lavoro.

QUALIFICA DI

3° LIVELLO PROFESSIONISTI DI PILATES APPI

Ammissione

PERCORSO MATWORK (110 ore + 10 ore di Tirocinio)

1. Storia e Repertorio Base

2. Didattica e Struttura della Lezione

3. Esame Base Teoria e Pratica

4. Clienti Speciali
(Anziani e Donne gravide)

5. Repertorio Esercizi Intermedio

6. Repertorio Esercizi Originali

Esame Fine Corso
(da consegnare video di una lezione + effettuare 10 ore di tirocinio)

PERCORSO STUDIO (270 ore + 10 ore di Tirocinio)

1. One to One
(4 giorni)
+ 20 schede clienti

2. Reformer Livello Base
(4 giorni)
+ 20 schede clienti

3. Reformer Livello Intermedio
(3 giorni)
+ 10 schede clienti

4. Reformer Livello Avanzato
(3 giorni)
+ 10 schede clienti

5. Cadillac
(4 giorni)
+ 20 schede clienti

6. Spine Corrector e Ladder Barrel (1 giorno)
+ **Wunda Chair** (2 giorni)
+ 20 schede clienti

Esame Fine Corso
(condurre una seduta di 45 minuti in studio + effettuare 10 ore di tirocinio)

CORSI MONOTEMATICI (50 ore)

Gli argomenti obbligatori sono Anatomia Tridimensionale, Piccoli Attrezzi. Gli altri workshop possono offrire un approfondimento di vari temi.

Conseguimento Attestato di Completamento



4° LIVELLO PROFESSIONISTI DI PILATES APPI

Per ottenere la Qualifica del 4° Livello Professionisti di Pilates APPI sono richieste 600 ore di studio. Oltre alle 450 ore di studio sopracitate, le rimanenti 150 ore consistono in 120 ore del corso Postural Pilates.

PRIMO INCONTRO

Introduzione alla tecnica. L'allineamento.
Respirazione e Sistema toraco-diaframmatico
Anatomia funzionale della colonna vertebrale Schemi motori.

SECONDO INCONTRO

Patologie del rachide. Diagnosi (analisi o valutazione) differenziale. Lombalgia e Sindrome della giunzione dorso-lombare. Schemi motori.

TERZO INCONTRO

Aspetti neurovegetativi e psicosomatici. Schemi motori.
Revisione degli argomenti con verifica pratico-teorica.

PRIMO incontro a TEMA

Deviazioni del rachide.

SECONDO incontro a TEMA

Cervicale e Spalla.

TERZO incontro a TEMA

Anca e ginocchio.

QUARTO incontro a TEMA

Piede - Studio della deambulazione.

Le 30 ore rimanenti si possono integrare con corsi di specializzazioni oppure aggiornamenti approvati dalla nostra scuola.

COSTI

N.B. I COSTI SONO TASSE INCLUSE

I costi sono divisi per percorso di studio (Matwork, Studio, Monotematici, Postural Pilates)

PERCORSO MATWORK

Il costo per i 7 incontri (non frequentabili singolarmente) inclusi il materiale di studio e gli esami:

€ 2.220

Il pagamento rateizzato è diviso in 4 rate
previo versamento di una caparra:

Acconto € 410

1° rata € 478

2° rata € 478

3° rata € 478

4° rata € 375

Il pagamento in un'unica soluzione
(saldato prima dell'inizio del corso)
comporta l'applicazione di uno sconto:

$€ 2.220 - 190 = € 2.030$

MONOTEMATICI

Per il conseguimento della Qualifica Completa, è necessario frequentare 50 ore di corsi monotematici. Il repertorio dei Piccoli Attrezzi, che include il magic circle, è uno dei workshop richiesti. Il costo per i corsi monotematici va da un minimo € 150 ad un massimo di € 180 per un giorno (costo approssimativo delle ore totali: da € 1.000 a € 1.250). Maggiori informazioni su date e orari di questi corsi saranno divulgate nel corso dell'anno accademico. I partecipanti riceveranno un "Attestato di Partecipazione" per documentare le ore. Non è richiesta una verifica alla fine del corso. Gli accordi per i pagamenti dei monotematici vengono fatti separatamente con il presenter.

PERCORSO STUDIO

One to One - 32 ore € 590

Reformer Livello Base - 32 ore € 590

Reformer Livello Intermedio - 24 ore € 475

Reformer Livello Avanzato - 24 ore € 475

Cadillac - 32 ore € 590

Wunda Chair - 16 ore € 310

Spine Corrector/Barrels - 8 ore € 160

Esami Studio - 2 ore

Costo del percorso (incluso materiale +
esame finale / escluso 10 ore tirocinio)

€ 3.190

Prezzo scontato per la prenotazione del
percorso completo **€ 2.880.**

POSTURAL PILATES

Ore aggiuntive per ottenere la qualifica del
4° livello Professionisti di Pilates APPI

Corso base di tre incontri **€ 750**

Modalità di pagamento:

con la prenotazione tramite bonifico **€ 150**

1° rata (al primo incontro) **€ 300**

2° rata (al secondo incontro) **€ 300**

Quattro moduli

di argomenti a tema **cadauno € 250**

Costo totale (dei sette incontri) **€ 1.750**

Per ottenere la Qualifica Completa è necessario effettuare 20 ore di tirocinio su se stessi in uno studio approvato; queste ore di tirocinio non sono incluse nei prezzi sopracitati e il loro costo è dato dallo studio riconosciuto (prezzi raccomandati: € 10/ora per un corso collettivo di Matwork e € 40 per una seduta sui grandi attrezzi). Durata approssimativa per completare le 450 ore di studio: 3 anni. Durata approssimativa per completare le 600 ore di studio: 4 anni. Costo approssimativo per le 450 ore per la Qualifica di 3° Livello professionista APPI: € 6.500. Costo approssimativo per le 600 ore per la Qualifica di 4° livello professionista APPI: € 8.500.

SEDI

Pilates Network comprende 5 sedi sul territorio italiano. La sede principale è a Firenze e viene utilizzata per tutti i corsi (Matwork, Studio, Monotematici), mentre le 4 sedi succursali di Legnano, Ostia, Cagliari e Reggio Calabria sono utilizzate solo per i relativi Percorsi Matwork.

Sede Principale **FIRENZE**

Studio Touch Pilates

Via G. Giusti, 48
50121 Firenze

Lo Studio Touch, situato nel centro di Firenze in un palazzo storico che si affaccia su un giardino del '700, si articola su 230 mq. La sala per i grandi attrezzi è di 75 mq ed è dotata di 4 Reformer (3 dei quali sono provvisti di tower), 1 Cadillac, 4 Chair, 6 Spine Corrector e 2 Ladder Barrel. La sala matwork è di 50 mq con capienza massima di 12 partecipanti. Inoltre lo studio è fornito di numerosi piccoli attrezzi (cerchi, rulli, bande elastiche, palle piccole, medie e grandi).



LEGNANO

Studio Pilates Quantobasta

Vicolo Corridoni, 6
20025 Legnano (MI)

OSTIA

Puntopil Studio Pilates

Via Angelo Olivieri, 2
00122 Ostia (RM)

Cagliari

Cromans - La Bottega del Benessere

Via Niccolò Machiavelli, 65
09129 Cagliari

Reggio Calabria

Jazz Ballet School

Via Nazionale traversa N.13
89134 Pellaro (RC)



REQUISITI E PROCEDURE ISCRIZIONE



PRE-REQUISITI ALL'AMMISSIONE

Prima di effettuare il pagamento e/o le iscrizioni al corso, è necessario spedire via e-mail il proprio curriculum per conferma e accettazione. I richiedenti non in possesso di una laurea in Scienze motorie e privi di esperienze nel campo motorio dovranno tenere un colloquio con la Direttrice Jolita Trahan per determinare la loro idoneità alla formazione e la loro motivazione intrinseca.

NB: Pilates Network non accetta crediti trasferiti da altre scuole. Per ottenere la nostra Qualifica Completa tutte le 600 ore devono essere effettuate tramite il nostro programma di studio.

PROCEDURE PER LE ISCRIZIONI

Non è ammissibile accedere al **Percorso Matwork** già avviato. Per accedere al **Percorso Studio**, è obbligatorio il completamento del Percorso Matwork, ed è consigliato sia il corso **Piccoli Attrezzi**, che il corso **One-to-One**.



Per accedere al corso il richiedente è obbligato a:

- mandare un curriculum vitae o tenere un colloquio
- firmare il contratto
- versare la caparra entro la data di scadenza

TUTELA DELLA PERSONA / DISCRIMINAZIONE (art 3.1 del Codice Etico)

Pilates Network e tutti i destinatari rispettano la dignità personale, la sfera privata e i diritti della personalità di qualsiasi individuo e condannano qualsiasi attività che possa comportare la violazione di tali diritti, impegnandosi pertanto a prevenire e condannare ogni forma di discriminazione (in particolare, quelle relative a età, sesso e orientamento sessuale, razza, stato di salute, nazionalità, opinione politica e religione). Per il mantenimento del predetto impegno, **Pilates Network** si ispira al rispetto e alla promozione dei diritti umani che considera inalienabili e imprescindibili prerogative per la costruzione di una società fondata sul rispetto dei principi di libertà di espressione, uguaglianza, solidarietà e sulla tutela dei diritti civili, politici, sociali, economici e culturali così come affermati dalle Istituzioni e dalle Convenzioni Internazionali. Inoltre, **Pilates Network** riconosce l'importanza primaria della tutela dei minori, ne reprime ogni forma di sfruttamento e condanna il lavoro minorile.

Pilates impegna il cueing tattile per la correzione della postura. Il programma richiederà un certo livello di contatto fisico, sebbene la sensibilità verrà rispettata.

REQUISITI PER LA FREQUENZA AL CORSO

I partecipanti sono obbligati ad essere puntuali e a portare con sé il materiale di studio. Le **450 ore totali** per ottenere la Qualifica Completa sono suddivise in **ore con il tutor, ore di osservazione, ore di pratica di insegnamento e ore di tirocinio (allenamento)**. La frequenza richiesta è del 100% a tutti gli incontri per ottenere l'Attestato di Completamento. Un'assenza per motivi personali o medici deve essere recuperata con la frequenza in un'altra sede oppure tramite lezioni private con un docente di **Pilates Network** (il prezzo e l'orario per questo servizio sono da concordare con l'insegnante).

Abbandono o Assenza: dietro presentazione di certificato medico o di una richiesta formale di sospensione, non sarà applicata una penale al partecipante impossibilitato a continuare il suo programma di studio sia per motivi personali (morte o malattia di un membro della famiglia) o per motivi medici (gravidanza o malattia) se ha intenzione di riprendere gli studi entro un limite di tempo, determinato dal motivo dell'assenza, che però non può andare oltre i 2 anni.

Per il partecipante che termina il programma senza una richiesta di sospensione (abbandono o assenza), la procedura di rimborso è descritta qui sotto.

PROCEDURA DI RIMBORSO

Nel caso in cui un corso venga annullato da **Pilates Network** prima del suo inizio, tutti i partecipanti avranno il diritto ad un rimborso del 100% degli oneri versati. Nel caso venisse annullato dopo l'inizio, i partecipanti avranno diritto al 100% di rimborso sulla parte di formazione non effettuata.

Un partecipante ha 10 giorni, dopo aver firmato il contratto di registrazione, per annullare la sua iscrizione, senza penalità.

Nel caso in cui un partecipante decidesse di interrompere la formazione per motivi personali o se la formazione del partecipante fosse interrotta per motivi di condotta (vedi la sezione specifica) sarà applicata una penalità sull'eventuale rimborso.



REQUISITI PER LA QUALIFICA DI 3° LIVELLO APPI

Il partecipante riceverà un “Libretto di Qualifica” al primo incontro e sarà ritenuto responsabile delle firme, delle schede che segnalano il progresso per il completamento delle 450 ore. Per ottenere l’Attestato di Completamento delle 450 ore complete, il partecipante dovrà superare i seguenti passaggi:

PERCORSO MATWORK - 120 ore

- Frequenza ai 7 incontri
- Documentare 10 ore di tirocinio
- Completare 3 schede di lezioni
- Ottenere un voto minimo di 75% all'esame di Anatomia e Fisiologia
- Ottenere un voto “pass” dai tre esaminatori per l'insegnamento di tre esercizi con le modifiche appropriate per una classe di livello base. Il voto prende in considerazione sia il metodo didattico di **Pilates Network**, acquisito durante la formazione, che la presenza dell'insegnante durante la lezione (voce, postura, modo di correggere i partecipanti, ecc.)
- Ottenere un voto “pass” dai tre esaminatori per l'insegnamento di quattro esercizi con le modifiche appropriate per una classe di livello intermedio (vedere i criteri sopracitati).
- Dimostrare una qualità di esecuzione di 25 esercizi modificati per un livello intermedio
- Dimostrare le competenze di insegnamento ad una classe reale tramite una videoregistrazione di 30 minuti da consegnare a fine corso.

PERCORSO STUDIO - 180 ore

- Frequenza ai 7 incontri
- Documentare 10 ore di tirocinio
- Completare 100 ore di schede clienti
- Ottenere un voto “pass” da due esaminatori durante la seduta con un cliente reale, dimostrando la capacità di gestire tutti i grandi attrezzi con una specifica attenzione per le esigenze individuali del cliente.

MONOTEMATICI - 50 ore

- Frequenza documentata di 50 ore di corsi di specializzazione (corsi approvati da **Pilates Network**).

REQUISITI PER LA QUALIFICA DI 4° LIVELLO APPI

PERCORSO POSTURAL PILATES TECNICA BASE - 45 ore

- Frequenza 3 incontri 45 ore
- Consegna tesina al 3° incontro che vale 15 ore formative
- Ottenere un voto minimo di 75 % per la prova scritta
- Ottenere un voto “pass” dai due insegnanti formatori, per l'insegnamento di una sequenza di esercizi (argomento precedentemente sorteggiato) dimostrando sia la didattica della tecnica base, sia le capacità di insegnamento ad una classe reale.

POSTURAL PILATES SPECIALIZZAZIONI - 60 ore

- Frequenza ai 4 incontri
- Ottenere un voto “pass” dai due insegnanti formatori, per dimostrare le capacità di gestire il singolo cliente (o gruppo) rispettando le sue problematiche e le sue esigenze, attraverso l'utilizzo di compensi (cuscini, sfere, tubi morbidi ecc.).

MONOTEMATICI - 30 ore

- Frequenza documentata di 30 ore di corsi di aggiornamento approvati da **Pilates Network**.

CONDOTTA

Pilates Network si impegna a creare un'atmosfera non-competitiva in cui tutti i partecipanti possano avere la possibilità di apprendere il materiale in maniera efficace e tempestiva. I partecipanti sono incoraggiati a comportarsi con rispetto e riserva. Una condotta irrompente che disturba la serenità accademica potrebbe avere come conseguenza la terminazione della formazione per il partecipante in causa. In un caso del genere, il partecipante avrà una consultazione con il docente in presenza di una terza persona, la consultazione sarà documentata e il reportage archiviato nel dossier del partecipante e la decisione finale spetterà alla direzione della scuola.

PROCEDURA PER IL RECLAMO

Per sporgere un reclamo alla scuola, un partecipante deve presentare una lettera raccomandata. Entro 30 giorni dal ricevimento, il partecipante sarà contattato dalla direzione e sarà invitato ad un colloquio per risolvere la situazione. Il colloquio sarà in presenza di una terza persona e il contenuto sarà documentato.

MOLESTIE E MOBBING SUL LAVORO (art 4.2 del Codice Etico)

In nessuna circostanza e in alcuna maniera, **Pilates Network** potrà abusare o intimidire i partecipanti. **Pilates Network** promuove una politica di gestione delle risorse umane tesa al miglioramento del benessere organizzativo; pertanto, nelle relazioni di lavoro interne ed esterne, proibisce e condanna violenze, molestie o atteggiamenti riconducibili anche a pratiche di mobbing.

A titolo esemplificativo, rientrano nella predetta fattispecie i seguenti comportamenti:

- creare un ambiente di lavoro ostile, intimidatorio, di isolamento, persecutorio e in ogni caso discriminatorio nei confronti di una persona o di un gruppo;
- interferire in maniera ingiustificata con l'esecuzione di prestazioni lavorative altrui;
- ostacolare prospettive di lavoro o carriera delle persone.

Non sono, inoltre, ammesse né violenze, né molestie sessuali di alcun genere. Rientrano nella fattispecie, a titolo esemplificativo, i seguenti comportamenti:

- subordinare possibilità di crescita professionale o di job rotation alla prestazione di favori sessuali;
- indurre le persone a compiere favori, anche sessuali, sfruttando l'influenza del proprio ruolo;
- insistere nel proporre relazioni interpersonali private non gradite al destinatario.

I passaggi per affrontare le molestie sono i seguenti: • 1) parlarne direttamente con la fonte della discriminazione

- 2) parlare con il supervisore / direttore • 3) presentare una lettera raccomandata alla sede della scuola.
-

SERVIZI DI SUPPORTO PER I PARTECIPANTI

Pilates Network vanta una rete in tutta Italia. L'atmosfera fra i partecipanti è sempre di grande sostegno professionale. Frequentemente, gli studenti formano amicizie che durano nel tempo.

CONSENSO ALL'USO DEI DATI

In relazione alla legge n. 196/2003 il partecipante deve esprimere il consenso ad utilizzare i propri dati personali da parte di **Pilates Network** per finalità connesse al servizio svolto dalla scuola.

BENVENUTI NELLA NOSTRA RETE!
PILATES NETWORK



www.pilatesnetwork.it