

JUNTA DE ANDALUCÍA

INSTITUTO ANDALUZ DEL DEPORTE

CONSEJERIA DE TURISMO, COMERCIO Y DEPORTE

CERTIFICADO DE ASISTENCIA

Otorgado a favor de:

D. Isaac Barrera Navarro

con número de D.N.I.: 48.988.773-S, por su participación en la actividad formativa, modalidad PRESENCIAL, denominada:

Curso IAD "Pilates en la actividad física. Nivel Avanzado"

celebrada en Málaga, del 29 al 30 de julio de 2011, con una duración de quince horas lectivas.

Y para que así conste, se expide con el Registro nº 15309, en Málaga, a treinta de julio de dos mil once.




Luciano Alonso Alonso

Consejero de Turismo, Comercio y Deporte

Contenidos de la Actividad 2011 - 422 - 01

Curso IAD "Pilates en la actividad física. Nivel Avanzado"

Programa General Actividad

- Método Pilates: Introducción.
- Método Pilates para la osteoporosis.
 - Hipopilates.
- Método Franklin para Pilates. Recursos para la conciencia corporal.
 - Método Pilates con material de apoyo (aros, bandas y fitball).
 - Taller fitball y softgym Pilates.
- Aplicación del método Pilates para el embarazo.