

EDUSPORT SCHOOL

como centro acreditado para la impartición acciones formativas expide el
presente título propio

MICHELLE SIRENIA GONZALEZ SOTELO

con número de documento GOSM761130KJ3 ha superado los estudios correspondientes de

Curso de Instructor de Pilates

con una duración de 200 horas, perteneciente al Plan de Formación de Edusport School.

Y para que surtan los efectos pertinentes queda registrado con Número de Expediente EDUS/2025-9706-2402-1998726.

Con una calificación de NOTABLE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en Granada, a 1 de Mayo de 2025.

MICHELLE SIRENIA GONZALEZ SOTELO

Firma del Alumno/a

EDU
SPORT
La Dirección Académica



PARTE 1. INSTRUCTOR DE PILATES

MÓDULO 1. PILATES: ACERCAMIENTO CONCEPTUAL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. APROXIMACIÓN Y BREVE HISTORIA DEL PILATES

MÓDULO 2. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA EN PILATES

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PILATES : ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA DEL MOVIMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 3. APARATO LOCOMOTOR: SISTEMA ÓSEO

UNIDAD DIDÁCTICA 4. APARATO LOCOMOTOR: SISTEMA MUSCULAR

UNIDAD DIDÁCTICA 5. APARATO RESPIRATORIO

MÓDULO 3. DISEÑO Y DIRECCIÓN DE SESIONES Y ACTIVIDADES EN PILATES

UNIDAD DIDÁCTICA 6. INSTALACIÓN, RECURSOS Y MATERIALES PARA LA INSTRUCCIÓN EN PILATES

UNIDAD DIDÁCTICA 7. METODOLOGÍA DE INSTRUCCIÓN APLICADA A LAS ACTIVIDADES DE PILATES

UNIDAD DIDÁCTICA 8. EJERCICIOS EN PILATES

UNIDAD DIDÁCTICA 9. CASOS ESPECIALES EN PILATES

UNIDAD DIDÁCTICA 10. NORMALIZACIÓN E INTEGRACIÓN DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN LAS ACTIVIDADES DE PILATES

MÓDULO 4. OTROS CONCEPTOS CLAVES EN EL MÉTODO DE PILATES

UNIDAD DIDÁCTICA 11. ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN EN PILATES

UNIDAD DIDÁCTICA 12. LESIONES Y PREVENCIÓN EN PILATES

UNIDAD DIDÁCTICA 13. PRIMEROS AUXILIOS

UNIDAD DIDÁCTICA 14. PERFIL DEL MONITOR DE PILATES Y SU TRATO CON EL CLIENTE

PARTE 2. CURSO MULTIMEDIA PILATES BÁSICO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN AL MÉTODO PILATES

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PALABRAS CLAVE

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EJERCICIOS DE CONCIENCIACIÓN CORPORAL

UNIDAD DIDÁCTICA 4. EJERCICIOS BÁSICOS PARA PRINCIPIANTES

PARTE 3. CURSO MULTIMEDIA PILATES AVANZADO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN AL NIVEL AVANZADO

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CALENTAMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EJERCICIOS AVANZADOS

