

Curso

Método Pilates

Reconhecido pela NBA





tech universidade
tecnológica

Curso Método Pilates

- » Modalidade: online
- » Duração: 12 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: www.techtute.com/br/ciencias-do-esporte/curso/metodo-pilates

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Direção do curso

pág. 12

04

Estrutura e conteúdo

pág. 16

05

Metodologia

pág. 20

06

Certificado

pág. 28

01

Apresentação

A maior conscientização da sociedade sobre a importância da atividade física, tem levado pessoas de diferentes idades a procurar opções como o Método Pilates para trabalhar os músculos ou a flexibilidade e prevenir ou tratar lesões. Um amplo campo de atuação, que traz importantes benefícios à saúde e leva os profissionais do esporte a se manterem atualizados sobre os exercícios, sua adaptação e os diferentes tipos existentes. Uma progressão que fica evidente neste programa 100% online, que permitirá ao aluno a obter uma atualização completa em apenas 6 semanas e por meio do conteúdo multimídia mais inovador do cenário acadêmico atual.



“

*Um Curso 100% online que permitirá que
você tenha uma atualização completa sobre
o Método Pilates em apenas 6 semanas”*

Para ser fisicamente ativo, é importante avançar no aspecto da condição física, onde o aluno poderá fortalecer cada um de seus músculos, proporcionando-lhe uma melhor execução dos exercícios. Dessa forma, o Pilates atinge esses objetivos mesmo sem se tornar excessivamente fatigante e tendo em mente o cuidado com o corpo. Por esse motivo, preparadores físicos de diferentes modalidades começaram a implementar essa atividade em suas sessões de treinamento, onde descobriram os benefícios desde o fortalecimento até a recuperação física após um jogo, uma luta ou um assalto, dependendo da modalidade praticada pelo atleta.

É também um campo que está sendo constantemente pesquisado e, por isso, exige que os especialistas estejam dispostos a se atualizar e adquirir novos métodos de treinamento em Pilates. Dessa forma, este Curso fornecerá ao profissional os avanços mais recentes do Método Pilates e aprofundará os fundamentos a base do Pilates.

O especialista reforçará seus conhecimentos em áreas importantes, como os pontos-chave do pilates clássico e as contribuições do pilates moderno, bem como os fundamentos e a evolução do pilates solo. Este é um programa que integra uma equipe de professores especializados e, ao mesmo tempo, é apoiado por um conteúdo multimídia exclusivo da mais alta qualidade, oferecendo dinamismo e conforto com uma modalidade 100% online.

Este Curso oferece aos alunos a opção de realizar suas sessões acadêmicas no local e horário de sua escolha. O estudante só precisará de um dispositivo com acesso à Internet, garantindo a flexibilidade profissional em todos os aspectos, fornecendo-lhe material atualizado, concluindo com sucesso a capacitação do Método Pilates.

Este **Curso de Método Pilates** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado de mercado. Suas principais características são:

- ◆ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Fisioterapia com foco no Método Pilates
- ◆ Os conteúdos gráficos, esquemáticos e eminentemente práticos com os quais foi desenvolvido informações científicas e práticas sobre as disciplinas indispensáveis para a prática profissional
- ◆ Exercícios práticos onde o processo de autoavaliação é realizado para melhorar a aprendizagem
- ◆ Destaque especial para as metodologias inovadoras
- ◆ Lições teóricas, perguntas a especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- ◆ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou portátil, com conexão à Internet



Preparadores físicos de diferentes áreas começaram a implementar o Pilates em seus treinos, descobrindo os benefícios desde o fortalecimento até a recuperação física"

“

Este Curso fornecerá ao praticante os avanços mais recentes do Core de Joseph Pilates e as evidências científicas”

A equipe de professores deste programa inclui profissionais da área experiência de trabalho é somada nesta capacitação, além de reconhecidos especialistas de instituições e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

A proposta deste plano de estudos se fundamenta na Aprendizagem Baseada em Problemas, pela qual o profissional deverá resolver as diferentes situações da prática profissional que surgirem ao longo do programa acadêmico. Tudo isso com o apoio de um sistema inovador de vídeo interativo desenvolvido por especialistas renomados.

Aprofunde-se nos exercícios para promover a estabilidade corporal do Pilates a qualquer momento por meio de conteúdo multimídia exclusivo da mais alta qualidade.

Com a TECH, você poderá realizar suas sessões acadêmicas no local e horário de sua escolha, graças à modalidade 100% online.



02

Objetivos

O propósito desta capacitação é oferecer aos alunos as melhores e mais inovadoras ferramentas para o desenvolvimento de habilidades profissionais no campo do Método Pilates. Por esse motivo, a TECH criou um curso que permite que aos alunos se mantenham atualizados com a evolução e o desenvolvimento dessa disciplina a partir de uma perspectiva teórico-prática ao longo de 150 horas de ensino. Além disso, graças à proximidade da equipe de professores especializados, os alunos poderão resolver quaisquer dúvidas que possam ter sobre o conteúdo durante o curso deste programa.





“

A TECH lhe oferece as melhores e mais inovadoras ferramentas pedagógicas para aumentar seu campo de ação com o Método Pilates”



Objetivos gerais

- ◆ Impulsionar o conhecimento e as competências profissionais da prática e o aprendizado dos exercícios do Método Pilates no solo, nas diferentes máquinas e com implementos
- ◆ Diferenciar as aplicações dos exercícios de Pilates e as adaptações a serem feitas para cada paciente
- ◆ Definir um protocolo de exercícios adaptado à sintomatologia e à patologia de cada paciente
- ◆ Definir as progressões e regressões dos exercícios de acordo com as diferentes fases do processo de recuperação de uma lesão
- ◆ Evitar exercícios contraindicados com base na avaliação prévia de pacientes e clientes
- ◆ Obter um domínio aprofundado dos aparelhos usados no Método Pilates
- ◆ Fornecer as informações necessárias para a busca de informações científicas e atualizadas e atualizadas sobre tratamentos de Pilates aplicáveis a diferentes patologias
- ◆ Analisar as necessidades e melhorias dos equipamentos de Pilates em um espaço terapêutico para exercícios de Pilates
- ◆ Desenvolver ações para melhorar a eficácia dos exercícios de Pilates com base nos princípios do método
- ◆ Executar correta e analiticamente os exercícios baseados no Método Pilates
- ◆ Analisar as mudanças fisiológicas e posturais que afetam as mulheres grávidas
- ◆ Elaborar exercícios adaptados à mulher durante a gravidez até o parto
- ◆ Descrever a aplicação do Método Pilates em esportistas de alto desempenho





Objetivos específicos

- ◆ Investigar os antecedentes do Pilates
- ◆ Aprofundar-se na história do Pilates
- ◆ Descrever a metodologia do Pilates
- ◆ Aprofundar-se nos fundamentos do Pilates
- ◆ Identificar os exercícios mais relevantes
- ◆ Explicar as posições de Pilates a serem evitadas



Aprofunde-se nos alinhamentos dos segmentos corporais e na articulação da coluna vertebral e sua biomecânica, a partir de qualquer dispositivo digital com conexão à Internet"

03

Direção do curso

ATECH conta com uma equipe de professores experientes e renomados na área de Fisioterapia e em do Método Pilates. Seu excelente histórico profissional fica evidente neste programa intensivo, que permitirá que os alunos fortaleçam suas competências durante o curso. Dessa forma, os estudantes contam com as ferramentas necessárias para se especializarem no âmbito internacional em um setor em expansão.



“

A TECH conta com uma equipe de professores experientes e renomados na área de Fisioterapia e do Método Pilates”

Diretor Internacional Convidado

O Dr. Edward Laskowski é uma figura destacada internacionalmente no campo da **Medicina Esportiva e Reabilitação Física**. Certificado pela **Junta Americana de Medicina Física e Reabilitação**, ele tem sido parte integrante do prestigioso corpo clínico da **Clínica Mayo**, onde atuou como **Diretor do Centro de Medicina Esportiva**.

Sua experiência abrange uma ampla gama de disciplinas, desde **Medicina Esportiva** até **Fitness, Treinamento de Força e Estabilidade**. Trabalha em estreita colaboração com uma equipe multidisciplinar de especialistas em **Medicina Física, Reabilitação, Ortopedia, Fisioterapia e Psicologia Esportiva**, oferecendo uma abordagem abrangente no cuidado de seus pacientes.

Além de sua prática clínica, ele é reconhecido **nacional e internacionalmente** por suas contribuições para o mundo do **esporte e da saúde**. Foi nomeado pelo presidente **George W. Bush** para o **Conselho Presidencial sobre Aptidão Física e Esportes** e recebeu o **Prêmio de Serviço Distinto do Departamento de Saúde e Serviços Humanos**, destacando seu compromisso com a promoção de estilos de vida saudáveis.

Ele também desempenhou um papel crucial em **eventos esportivos** de prestígio, como os **Jogos Olímpicos de Inverno de 2002 em Salt Lake City** e a **Maratona de Chicago**, proporcionando **cuidados médicos** de qualidade. Sua dedicação à **divulgação** é evidente em seu extenso trabalho na criação de recursos acadêmicos, incluindo o **CD-ROM da Clínica Mayo sobre Esportes, Saúde e Fitness**, e como **Editor Contribuinte** do livro **"Mayo Clinic Fitness for EveryBody"**. Com paixão por desmistificar mitos e fornecer informações precisas e atualizadas, o Dr. Edward Laskowski continua sendo uma voz influente na **Medicina Esportiva e Fitness** global.



Dr. Laskowski, Edward

- Diretor do Centro de Medicina Esportiva da Clínica Mayo, Estados Unidos
- Médico Consultor na Associação de Jogadores da Liga Nacional de Hóquei, Estados Unidos
- Médico na Clínica Mayo, Estados Unidos
- Membro do Policlínico Olímpico nos Jogos Olímpicos de Inverno de 2002, Salt Lake City
- Especialista em Medicina Esportiva, Fitness, Treinamento de Força e Estabilidade
- Certificado pela Junta Americana de Medicina Física e Reabilitação
- Editor Contribuinte do livro “Mayo Clinic Fitness for EveryBody”
- Prêmio de Serviço Distinto do Departamento de Saúde e Serviços Humanos
- Membro: American College of Sports Medicine



Graças à TECH você será capaz de aprender com os melhores profissionais do mundo”

Direção



Sr. Sergio González Arganda

- ♦ Fisioterapeuta do Atlético de Madri e CEO da Físio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapeuta do Clube de Futebol Atlético de Madrid
- ♦ CEO da Físio Domicilio Madrid
- ♦ Mestrado em Osteopatia do Aparelho Locomotor pela Escola de Osteopatia de Madrid
- ♦ Mestrado em Biomecânica aplicada à Avaliação de Danos e Técnicas Avançadas na Fisioterapia
- ♦ Especialista em Reabilitação de Pilates pela Real Federação Espanhola de Ginástica
- ♦ Formado em Fisioterapia na Universidade Pontífice de Comillas

Professores

Sra. Valiente Serrano, Noelia

- ♦ Fisioterapeuta na Físio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapeuta na Keiki Fisioterapia
- ♦ Fisioterapeuta na Jemed Importaciones

Sr. Longás de Jesús, Antonio

- ♦ Fisioterapeuta na Clínica Lagasca
- ♦ Fisioterapeuta na Físio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapeuta no Club de Rugby Veterinaria



04

Estrutura e conteúdo

Este Curso foi desenvolvido de acordo com as pesquisas mais recentes no campo do Método Pilates, estabelecendo um programa de estudos que fornece uma grande quantidade de conteúdo sobre essa disciplina. Dessa forma, esta capacitação acadêmica tem como objetivo fornecer conteúdo avançado sobre a evolução dessa atividade física, sobre os exercícios utilizados para a pelve como centro de estabilidade e movimento para o Core ou sobre a biomecânica da coluna vertebral. Tudo isso, por meio de várias ferramentas multimídia que oferecem dinamismo e maior atratividade a esse curso.





“

Esta capacitação acadêmica tem como objetivo fornecer conteúdo avançado sobre a pelve como centro de estabilidade e movimento”

Módulo 1. Método Pilates

- 1.1. Joseph Pilates
 - 1.1.1. Joseph Pilates
 - 1.1.2. Livros e postulados
 - 1.1.3. Legado
 - 1.1.4. Origem do exercício personalizado
- 1.2. Antecedentes do Método Pilates
 - 1.2.1. Referências
 - 1.2.2. Evolução
 - 1.2.3. Situação atual
 - 1.2.4. Conclusões
- 1.3. Evolução do método
 - 1.3.1. Melhorias e modificações
 - 1.3.2. Contribuições para o Método Pilates
 - 1.3.3. Pilates Terapêutico
 - 1.3.4. Pilates e atividade física
- 1.4. Princípios do Método Pilates
 - 1.4.1. Definição dos princípios
 - 1.4.2. Evolução dos princípios
 - 1.4.3. Níveis de progressão
 - 1.4.4. Conclusões
- 1.5. Pilates Clássico x contemporâneo/moderno
 - 1.5.1. Pontos-chave do Pilates Clássico
 - 1.5.2. Análise de Pilates moderno/clássico
 - 1.5.3. Contribuições do Pilates moderno
 - 1.5.4. Conclusões
- 1.6. Pilates de solo e máquinas de Pilates
 - 1.6.1. Fundamentos do Pilates Solo
 - 1.6.2. Evolução do Pilates Solo
 - 1.6.3. Fundamentos do Pilates em Aparelhos
 - 1.6.4. Evolução do Pilates em Aparelhos

- 1.7. Evidência científica
 - 1.7.1. Revistas científicas relacionadas ao Pilates
 - 1.7.2. Teses de doutorado sobre Pilates
 - 1.7.3. Publicações sobre Pilates
 - 1.7.4. Aplicações no Pilates
- 1.8. Orientações do Método Pilates
 - 1.8.1. Tendências nacionais
 - 1.8.2. Tendências internacionais
 - 1.8.3. Análise das tendências
 - 1.8.4. Conclusões
- 1.9. As escolas
 - 1.9.1. Escolas de Formação de Pilates
 - 1.9.2. Revistas
 - 1.9.3. Evolução das escolas de Pilates
 - 1.9.4. Conclusões
- 1.10. As associações de federações de Pilates
 - 1.10.1. Definições
 - 1.10.2. Contribuições
 - 1.10.3. Objetivos
 - 1.10.4. PMA

Módulo 2. Fundamentos do Método Pilates

- 2.1. Os diversos conceitos sobre o método
 - 2.1.1. Os conceitos de acordo com Joseph Pilates
 - 2.1.2. Evolução dos conceitos
 - 2.1.3. Gerações posteriores
 - 2.1.4. Conclusões
- 2.2. Respiração
 - 2.2.1. Os diferentes tipos da respiração
 - 2.2.2. Análise dos tipos da respiração
 - 2.2.3. Os efeitos da respiração
 - 2.2.4. Conclusões

- 2.3. A pelve como centro de estabilidade e movimento
 - 2.3.1. A essência de Joseph Pilates
 - 2.3.2. A essência científica
 - 2.3.3. Base anatômica
 - 2.3.4. Essência nos processos de recuperação
- 2.4. A organização da cintura escapular
 - 2.4.1. Revisão anatômica
 - 2.4.2. Biomecânica da cintura escapular
 - 2.4.3. Aplicações no Pilates
 - 2.4.4. Conclusões
- 2.5. A organização do movimento do membro inferior
 - 2.5.1. Revisão anatômica
 - 2.5.2. Biomecânica do membro inferior
 - 2.5.3. Aplicações no Pilates
 - 2.5.4. Conclusões
- 2.6. A articulação da coluna vertebral
 - 2.6.1. Revisão anatômica
 - 2.6.2. Biomecânica da coluna
 - 2.6.3. Aplicações no Pilates
 - 2.6.4. Conclusões
- 2.7. Alinhamentos dos segmentos do corpo
 - 2.7.1. A postura
 - 2.7.2. A postura no Pilates
 - 2.7.3. Alinhamentos segmentares
 - 2.7.4. Cadeias musculares e fasciais
- 2.8. Integração funcional
 - 2.8.1. Conceito de integração funcional
 - 2.8.2. Implicações em diferentes atividades
 - 2.8.3. A tarefa
 - 2.8.4. O contexto
- 2.9. Fundamentos do Pilates Terapêutico
 - 2.9.1. História do Pilates Terapêutico
 - 2.9.2. Conceitos do Pilates Terapêutico
 - 2.9.3. Critérios do Pilates Terapêutico
 - 2.9.4. Exemplo de lesões ou patologias
- 2.10. Pilates clássico e Pilates terapêutico
 - 2.10.1. Diferenças entre os dois métodos
 - 2.10.2. Justificativa
 - 2.10.3. Progressões
 - 2.10.4. Conclusões



Este Curso foi desenvolvido de acordo com as pesquisas mais recentes no campo do Método Pilates"

05 Metodologia

Este programa de capacitação oferece uma forma diferente de aprendizagem.

A nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: **o Relearning.**

Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas escolas médicas mais prestigiadas do mundo e tem sido considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações, tais como a ***New England Journal of Medicine.***





“

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para o levar através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que provou ser extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”

Estudo de Caso para contextualizar todo o conteúdo

O nosso programa oferece um método revolucionário de desenvolvimento de competências e conhecimentos. O nosso objetivo é reforçar as competências num contexto de mudança, competitivo e altamente exigente.

“

Com a TECH pode experimentar uma forma de aprendizagem que abala as fundações das universidades tradicionais de todo o mundo"



Terá acesso a um sistema de aprendizagem baseado na repetição, com ensino natural e progressivo ao longo de todo o programa de estudos.



Um método de aprendizagem inovador e diferente

Este programa da TECH é um programa de ensino intensivo, criado de raiz, que propõe os desafios e decisões mais exigentes neste campo, tanto a nível nacional como internacional. Graças a esta metodologia, o crescimento pessoal e profissional é impulsionado, dando um passo decisivo para o sucesso. O método do caso, a técnica que constitui a base deste conteúdo, assegura que a realidade económica, social e profissional mais atual é seguida.

“ *O nosso programa prepara-o para enfrentar novos desafios em ambientes incertos e alcançar o sucesso na sua carreira”*

O estudante aprenderá, através de atividades de colaboração e casos reais, a resolução de situações complexas em ambientes empresariais reais.

O método do caso tem sido o sistema de aprendizagem mais amplamente utilizado pelas melhores faculdades do mundo. Desenvolvido em 1912 para que os estudantes de direito não só aprendessem o direito com base no conteúdo teórico, o método do caso consistia em apresentar-lhes situações verdadeiramente complexas, a fim de tomarem decisões informadas e valorizarem juízos sobre a forma de as resolver. Em 1924 foi estabelecido como um método de ensino padrão em Harvard.

Numa dada situação, o que deve fazer um profissional? Esta é a questão que enfrentamos no método do caso, um método de aprendizagem orientado para a ação. Ao longo do programa, os estudantes serão confrontados com múltiplos casos da vida real. Terão de integrar todo o seu conhecimento, investigar, argumentar e defender as suas ideias e decisões.

Relearning Methodology

A TECH combina eficazmente a metodologia do Estudo de Caso com um sistema de aprendizagem 100% online baseado na repetição, que combina 8 elementos didáticos diferentes em cada lição.

Melhoramos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

Em 2019, alcançámos os melhores resultados de aprendizagem de todas as universidades online do mundo.

Na TECH aprende-se com uma metodologia de vanguarda concebida para formar os gestores do futuro. Este método, na vanguarda da pedagogia mundial, chama-se Relearning.

A nossa universidade é a única universidade de língua espanhola licenciada para utilizar este método de sucesso. Em 2019, conseguimos melhorar os níveis globais de satisfação dos nossos estudantes (qualidade de ensino, qualidade dos materiais, estrutura dos cursos, objetivos...) no que diz respeito aos indicadores da melhor universidade online do mundo.



No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, mas acontece numa espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, cada um destes elementos é combinado de forma concêntrica. Esta metodologia formou mais de 650.000 licenciados com sucesso sem precedentes em áreas tão diversas como a bioquímica, genética, cirurgia, direito internacional, capacidades de gestão, ciência do desporto, filosofia, direito, engenharia, jornalismo, história, mercados e instrumentos financeiros. Tudo isto num ambiente altamente exigente, com um corpo estudantil universitário com um elevado perfil socioeconómico e uma idade média de 43,5 anos.

O Relearning permitir-lhe-á aprender com menos esforço e mais desempenho, envolvendo-o mais na sua capacitação, desenvolvendo um espírito crítico, defendendo argumentos e opiniões contrastantes: uma equação direta ao sucesso.

A partir das últimas provas científicas no campo da neurociência, não só sabemos como organizar informação, ideias, imagens e memórias, mas sabemos que o lugar e o contexto em que aprendemos algo é fundamental para a nossa capacidade de o recordar e armazenar no hipocampo, para o reter na nossa memória a longo prazo.

Desta forma, e no que se chama Neurocognitive context-dependent e-learning, os diferentes elementos do nosso programa estão ligados ao contexto em que o participante desenvolve a sua prática profissional.



Este programa oferece o melhor material educativo, cuidadosamente preparado para profissionais:



Material de estudo

Todos os conteúdos didáticos são criados pelos especialistas que irão ensinar o curso, especificamente para o curso, para que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Estes conteúdos são depois aplicados ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isto, com as mais recentes técnicas que oferecem peças de alta-qualidade em cada um dos materiais que são colocados à disposição do aluno.



Masterclasses

Existem provas científicas sobre a utilidade da observação por terceiros especializada.

O denominado Learning from an Expert constrói conhecimento e memória, e gera confiança em futuras decisões difíceis.



Práticas de aptidões e competências

Realizarão atividades para desenvolver competências e aptidões específicas em cada área temática. Práticas e dinâmicas para adquirir e desenvolver as competências e capacidades que um especialista necessita de desenvolver no quadro da globalização em que vivemos.



Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que necessita para completar a sua capacitação





Case studies

Completarão uma seleção dos melhores estudos de casos escolhidos especificamente para esta situação. Casos apresentados, analisados e instruídos pelos melhores especialistas na cena internacional.



Resumos interativos

A equipa da TECH apresenta os conteúdos de uma forma atrativa e dinâmica em comprimidos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais a fim de reforçar o conhecimento.

Este sistema educativo único para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu"



Testing & Retesting

Os conhecimentos do aluno são periodicamente avaliados e reavaliados ao longo de todo o programa, através de atividades e exercícios de avaliação e auto-avaliação, para que o aluno possa verificar como está a atingir os seus objetivos.



06

Certificado

O Curso de Método Pilates garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, acesso ao certificado do Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

Conclua este programa de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias”

Este **Curso de Método Pilates** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado de mercado.

Uma vez aprovado nas avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* do **Curso** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Curso, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Curso de Método Pilates**

N.º de Horas Oficiais: **300h**

Reconhecido pela NBA



*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

futuro
saúde confiança pessoas
informação orientadores
educação certificação ensino
garantia aprendizagem
instituições tecnologia
comunidade compromisso
atenção personalizada
conhecimento inovação
presente qualidade
desenvolvimento sustentabilidade

tech universidade
tecnológica

Curso Método Pilates

- » Modalidade: online
- » Duração: 12 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Curso

Método Pilates

Reconhecido pela NBA

