



4 PILATES WORKSHOP

CON SERAFINO AMBROSIO B.ED.

POLESTAR PILATES PRINCIPLE EDUCATOR

MATWORK , BENESSERE E TE !

SEGRATE (MILANO) 19-20 MAGGIO

POSTI LIMITATI

PROGRAMMA WORKSHOPS

Workshop 1 'PROBLEMI CARDIOVASCOLARI E IL PILATES' : Questo w/s ti aiuterà a gestire i tuoi clienti con problemi cardiaci e come proporre un workout adeguato e sicuro. Si tratterà anche l'ipertensione e tutto quello che occorre fare con questa tipologia di clienti.

Workshop 2 'EMOTIONAL ANATOMY': Un modo diverso di vedere l'Anatomia usando l'esperienza, la psicologia e 'l'energia universale'. La via per un punto d'osservazione diverso per cambiare i programmi di allenamento e migliorare i risultati ottenuti nell'ambito lavorativo.

Workshop 3 'LETS ROLL! PALLE E IL SLIDE : MATWORK CREATIVO' : Stanchi del solito Matwork? Come rinnovare la tua lezione utilizzando piccoli apparati (Palle di diverse misure, e l'attrezzo innovativo Slide Disk) rimanendo fedeli alla tradizione Pilates.

Workshop 4 'LA GOLA E COLLO .PROBLEMI CERVICALI NELL'AMBITO PILATES'
La gola, dove si trova il 5°chakra, ha molte cose da svelarci. Dai problemi alla Cervicale ai problemi della Tiroide, Tensione mandibolare. Come utilizzare esercizi Pilates e tecniche innovative di stretching per il collo e migliorare la qualità della vita.



Serafino Ambrosio

Licenziatario per l'Italia di Polestar Pilates USA. Si è laureato in Educazione Fisica e Danza alla Victoria College-Deakin University Australia. Il primo membro Certificato del Pilates Method Alliance USA in Italia, ha studiato negli Stati Uniti oltre che con gli allievi diretti di Joseph Pilates ancora viventi, anche con i migliori insegnanti Pilates e tecniche 'Body Work' attualmente operanti.

REGOLAMENTO - ORARIO E COSTI

Luogo - Segrate (Centro Pilates LF -Milano) il 19-20 Maggio 2012

Orario - Sab. 11.00- 19.00 Dom.10.00 - 17.00

Costo- € 365,00+iva entro il 13 maggio 2011

INFO LINE- tel 06.82 47 90 o email info@ilmetodo.it

SPECIALE!! Prenotando prima del 20 Aprile 2012 solo € 325,00+iva

MODALITA' DI PAGAMENTO

E' necessario versare € 121,00 (€100,00+21%Iva) per la prenotazione del workshop Iban: IT34Z0200805209000010487248 intestato a Seraficom srl e inviare la cedola d'iscrizione compilata; il saldo potrà effettuarsi in loco. Farà fede la data del versamento di prenotazione per stabilire la tariffa da applicare, e' necessario inviare tempestivamente la cedola d'iscrizione e il pagamento entro i termini. **Scadenza per la registrazione:** Se il pagamento avviene lo stesso giorno o dopo l'ultima scadenza di pagamento del workshop il costo aumenterà di € 45,00+iva dalla tariffa più alta. Non si garantisce disponibilità di posto. Si riserva la facoltà di respingere iscrizioni avvenute in esubero rispetto ai posti disponibili con rimborso, o trasferimento ad altro corso, della quota versata. **Cancellazioni e rimborso :** La quota di prenotazione effettuata nei termini, non e' in alcun caso rimborsabile, sarà possibile trasferirla ad un altro corso del Metodo, con un costo aggiuntivo di € 35, 00+iva per spese amministrative, dandone comunicazione 15 giorni prima della data d'inizio del workshop disdetto; **TRASCORSO TALE TERMINE NON SARA' PREVISTO ALCUN TIPO DI RIMBORSO O TRASFERIMENTO SU ALTRO CORSO O WORKSHOP .** I bonifici effettuati senza consultare preventivamente la disponibilità effettiva dei posti verranno rimborsati con una trattenuta €10,00 per spese amministrative. Il Metodo di Serafino Ambrosio (Seraficom Srl), concessionario Polestar, hanno la facoltà di cancellare convegni/workshops con rimborso totale, inoltre si riservano il diritto di cambiare luogo, date, programma qualora necessario. I costi di trasporto, pernottamento alberghiero o altri costi aggiuntivi sostenuti per partecipare ai corsi\workshops, non sono a carico ne' di Polestar ne' di "Il Metodo" di Serafino Ambrosio ne' di Seraficom srl.