

4 Workshops Pilates con Prof. Serafino Ambrosio a Roma

Workshop 1: Fascia Fitness Pilates Un viaggio pratico e teorico sulle funzioni delle fasce, attraverso l'esperienza di Serafino Ambrosio allievo, da più di tre anni, di Tom Myers. Verranno insegnate nuove tecniche per migliorare la funzionalità del movimento attraverso i sistemi fasciali del corpo. Ciò permetterà di ottimizzare il workout dei vostri clienti.

Workshop 2 : Pilates 4 Men Questo w/s ti aiuterà a gestire i tuoi clienti Uomini e le loro esigenze, capire la loro psicologia di apprendimento del movimento, differente da quella delle Donne, soddisfare le loro necessità di allenamento, conoscere le patologie legate all'andropausa.

Workshop 3: Creative Studio Pilates Nuovi esercizi divertenti con tutti i grandi attrezzi di Pilates per rinnovare le tue lezioni collettive ed individuali di Studio. Alcune delle variazioni sono adattabili anche a Matwork.

Workshop 4 : Equilibrio e Stabilità Attraverso questo w/s impareremo quando, come e perché nel nostro cervello memorizziamo il movimento e gli schemi motori, come utilizziamo i nostri muscoli per prevenire eventuali cadute. Si tratterà anche di terza età.



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'

Data e luogo : 21-22 Aprile 2012, Roma Viale delle Milizie 40.

Orario: Sab 11.00-19.00 Dom 10.00-17.00

Costo: Speciale Sconto fino al 23 Marzo 325,00€+iva

Fino al 13 Aprile € 395,00 + iva

InfoLine: tel 06.82 47 90 o email info@ilmetodo.it

MODALITA' DI PAGAMENTO

E' necessario versare € 121,00 (€100,00+21%Iva) per la prenotazione del workshop Iban:

IT34Z0200805209000010487248 intestato a Seraficum 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 (Seraficum 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 Seraficum srl.

* N.B: i prezzi s'intendono tasse escluse.