



# CURSO DE ESPECIALIZACIÓN EN PILATES SUELO



**Fecha:** Sábado y Domingo. (4-5,11-12, 25-26 de Noviembre y 2-3 y 16-17 de Diciembre).

**Lugar:** PILATES Y MAS (Calle Ursulinas. Jerez de la Frontera).

**Duración:** 150 Horas (presencial + online).

**Precio:** 600 euros. (Alumnado Tarjeta de Deportes UCA **450** euros).

Descuento 10% a Colegiados COLEF.



## APRENDE:

Reeducación Postural, Mecánica y Control Articular a nuestro servicio. Construye tu aprendizaje desde la experimentación y el razonamiento. Pilates contemporáneo. Basado en las últimas tendencias. Una experiencia única donde el "Por Qué" va antes del "Para Qué". Desarrollaremos todas las bases teóricas y prácticas. Se aportarán estudios científicos y veremos ejemplos prácticos de intervención en diferentes patologías.

**DOCENTE:** Ángel de Pedro Álvarez.

Doctor en Ciencias del Deporte. Licenciado en CCAFD. Especialista en Pilates, Suelo Pélvico y Cadenas Musculares. Miembro del Comité de Expertos del COLEF Andalucía área FITNESS. Experto en Coach y Practitioner PNL

**DOCENTE:** Mar. Doña Hidalgo.

Directora del Studio "Pilates y más". Experta en Método Pilates por la Universidad Europea. Instructora Stretching global Activo y Gimnasia Abdominal Hipopresiva. Entrenadora Personal.



**Pilates y mas**  
C/ Ursulinas 11405 Jerez de la Frontera  
tel. 653 70 23 59  
Asociación sociocultural

## MÁS INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

### ÁREA DE DEPORTES UCA

**PUERTO REAL:** Complejo Deportivo UCA.

Tfno: 956 01 62 70

**CÁDIZ:** Vicerrectorado Responsabilidad Social. Tfno: 956 01 62 70

**JEREZ:** Campus de la Asunción

Tfno: 956 03 70 49

**PROGRAMA  
UCASPORT**

