Certificado

Certificamos que

RAFAELA FRANCINE SOARES

inscrito(a) no CPF 418.772.368-45, concluiu o **Curso Presencial de Formação Completa em Pilates, Solo, Bola e Aparelhos**, sob coordenação do professor HENRIQUE TONETO WOLF, CREF 5853-G/RS, com carga horária total de 120 horas/aula, ministrado por **VOLL PILATES GROUP**, com razão social denominada de CAEFFIS COMÉRCIO E SERVIÇOS DE PILATES LTDA, com sede em Campinas/SP, na Av. Alberto Sarmento, nº 891, inscrita no CNPJ/MF sob o nº 14204979/0001-24, com inscrição municipal 00198959-6, neste ato representada pelo seu diretor RAFAEL DE ARRUDA JULIANO, fisioterapeuta - CREFITO 3/126715-F.

Sorocaba, 01 de dezembro de 2019.

RAFAEL JULIANO
DIRETOR VOLL PILATES GROUP

VOLL PILATES GROUP

espaço vida PILATES

HENRIQUE TONETO WOLF
PROFESSOR COORDENADOR

Código do Certificado: 527306A6A54289B3749440 · Verifique autenticidade em: e-certificado.com

MÓDULO 1 | TEÓRICO / PRÁTICO

PRINCÍPIOS DO MÉTODO PILATES

√ CONTEÚDO CIENTÍFICO (MAIS DE 140 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS)

√ PILATES ORIGINAL X CLÁSSICO X MODERNO X CONTEMPORÂNEO: O QUE SÃO? QUAIS OS PRÓS E CONTRAS DE CADA UM? ENTENDA AS EVOLUÇÕES

√ AVALIAÇÃO POSTURAL (TÓPICOS E ORIENTAÇÕES)

√ POWER HOUSE: ANATOMIA, AÇÃO E PRÁTICA

√ BIOMECÂNICA DOS MOVIMENTOS

√ AÇÕES DOS GRUPOS MUSCULARES NOS EXERCÍCIOS (NA APOSTILA EM DETALHES)

√ EXERCÍCIOS DE SOLO (BÁSICO / INTERMEDIÁRIO / AVANÇADO)

√ BOLA (BÁSICO / INTERMEDIÁRIO / AVANÇADO)

√ REFORMER (BÁSICO / INTERMEDIÁRIO / AVANÇADO)

MÓDULO 2 | PRÁTICO

√ CADEIRA/STEP CHAIR (BÁSICO / INTERMEDIÁRIO / AVANÇADO)

√ CADILLAC/TRAPÉZIO (BÁSICO / INTERMEDIÁRIO / AVANÇADO)

√ LADDER BARREL (BÁSICO / INTERMEDIÁRIO / AVANÇADO)

√ EXERCÍCIOS PROPRIOCEPTIVOS

√ INDICAÇÕES E DISCUSSÕES DE PATOLOGIAS MÚSCULO-ESQUELÉTICAS

√ ESTUDO DE CASO CLÍNICO E/OU ARTIGO CIENTÍFICO

√ DICAS E CUIDADOS DE CADA EXERCÍCIO

√ MODIFICAÇÕES DOS EXERCÍCIOS

√ PRÁTICA DE AULA: ROTINA DO DIA-A-DIA

√ INDICAÇÕES E CONTRA-INDICAÇÕES DE PRINCIPAIS EXERCÍCIOS

√ COMENTÁRIOS DOS INSTRUTORES NAS APOSTILAS

√ MONTANDO AULAS CRIATIVAS

√ DIFERENCIAÇÃO E ADAPTAÇÃO DOS EXERCÍCIOS

√ APLICAÇÃO PARA PÚBLICO ESPECIAL

√ COMO MONTAR UM STUDIO DE PILATES

√ ESTRATÉGIAS DE PROPAGANDA E MARKETING

√ INFORMAÇÕES SOBRE COMPRA DE APARELHOS

√ ESTÁGIO OPCIONAL (OBSERVAÇÃO DE AULAS)

Código do Certificado: 527306A6A54289B3749440 · Verifique autenticidade em: e-certificado.com