



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

EDU
SPORT

**Curso de Monitor de Pilates en Suelo + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5
Créditos ECTS + CARNÉ FEDERADO)**





Entrena tu pasión,
fortalece tu talento

ÍNDICE

1 | Somos
EduSport

2 | Rankings

3 | Alianzas y
acreditaciones

4 | By EDUCA
EDTECH
Group

5 | Metodología
LXP

6 | Razones por
las que
elegir
EduSport

7 | Financiación
y Becas

8 | Métodos de
pago

9 | Programa
Formativo

10 | Temario

11 | Contacto

SOMOS EDUSPORT

EDUSPORT es una institución de formación deportiva online dedicada a ofrecer educación de calidad en el ámbito del deporte. Nuestro objetivo **proporcionar a los entusiastas del deporte las herramientas necesarias con las que elevar sus habilidades al máximo potencial**, alcanzar sus metas y disfrutar de su pasión por el deporte de forma plena.

A través de nuestro contenido educativo, programas personalizados y una comunidad en línea damos lo mejor de nosotros por inspirar, motivar y guiar a nuestros estudiantes en su viaje hacia la excelencia deportiva. En EDUSPORT conocimiento y práctica van unidos y nuestro compromiso con el alumnado es firme para conseguir que alcancen un futuro profesional prometedor.

Más de
18
años de
experiencia

Más de
300k
estudiantes
formados

Hasta un
98%
tasa
empleabilidad

Hasta un
100%
de financiación

Hasta un
50%
de los estudiantes
repite

Hasta un
25%
de estudiantes
internacionales

[Ver curso en la web](#)

EDU
SPORT



Desde donde quieras y como quieras,
Elige EDUSPORT



QS, sello de excelencia académica

Edusport: 5 estrellas en educación online

RANKINGS DE EDUSPORT

EDUSPORT se engloba en el conjunto de **EDUCA EDTECH** Group, que ha sido reconocido por su trabajo en el campo de la formación online. Todas las entidades bajo el sello EDUCA EDTECH comparten la misión de democratizar el acceso a la educación y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación.

Gracias a ello ha conseguido el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional.



[Ver curso en la web](#)

EDU
SPORT

ALIANZAS Y ACREDITACIONES



UCAM
UNIVERSIDAD
CATÓLICA DE MURCIA

Universidad de **Vitoria-Gasteiz** **EUNEIZ**



**Universidad Europea
Miguel de Cervantes**

[Ver curso en la web](#)

EDU
SPORT

BY EDUCA EDTECH

EDUSPORT es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas **instituciones educativas de formación online**. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de **democratizar el acceso a la educación** y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación



ONLINE EDUCATION



[Ver curso en la web](#)

EDU
SPORT

METODOLOGÍA LXP

La metodología **LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar dónde, cuándo y cómo quiera.



2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.

SPORTS



SPORTS

Programas
PROPIOS
UNIVERSITARIOS
OFICIALES

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR EDUSPORT

1. Nuestra Experiencia

- ✓ Más de **18 años de experiencia**.
- ✓ Más de **300.000 alumnos** ya se han formado en nuestras aulas virtuales
- ✓ Alumnos de los 5 continentes.
- ✓ **25%** de alumnos internacionales.
- ✓ **97%** de satisfacción
- ✓ **100% lo recomiendan**.
- ✓ Más de la mitad ha vuelto a estudiar en Euroinnova.

2. Nuestro Equipo

En la actualidad, Euroinnova cuenta con un equipo humano formado por más **400 profesionales**. Nuestro personal se encuentra sólidamente enmarcado en una estructura que facilita la mayor calidad en la atención al alumnado.

3. Nuestra Metodología



100% ONLINE

Estudia cuando y desde donde quieras. Accede al campus virtual desde cualquier dispositivo.



APRENDIZAJE

Pretendemos que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva



EQUIPO DOCENTE

Euroinnova cuenta con un equipo de profesionales que harán de tu estudio una experiencia de alta calidad educativa.



NO ESTARÁS SOLO

Acompañamiento por parte del equipo de tutorización durante toda tu experiencia como estudiante

[Ver curso en la web](#)

4. Calidad Aenor

- ✓ Somos Agencia de Colaboración N°99000000169 autorizada por el Ministerio de Empleo y Seguridad Social.
- ✓ Se llevan a cabo auditorías externas anuales que garantizan la máxima calidad AENOR.
- ✓ Nuestros procesos de enseñanza están certificados por **AENOR** por la ISO 9001.



5. Confianza

Contamos con el sello de **Confianza Online** y colaboramos con la Universidades más prestigiosas, Administraciones Públicas y Empresas Software a nivel Nacional e Internacional.



6. Somos distribuidores de formación

Como parte de su infraestructura y como muestra de su constante expansión Euroinnova incluye dentro de su organización una **editorial** y una **imprensa digital industrial**.

FINANCIACIÓN Y BECAS

Financia tu cursos o máster 100 % sin intereses y disfruta de las becas disponibles. ¡Contacta con nuestro equipo experto para saber cuál se adapta más a tu perfil!

25% Beca ALUMNI

20% Beca DESEMPLEO

15% Beca EMPRENDE

15% Beca RECOMIENDA

15% Beca GRUPO

20% Beca FAMILIA NUMEROSA

33% Beca DISCAPACIDAD

20% Beca DEPORTISTAS DE ÉLITE, ALTO NIVEL Y ALTO RENDIMIENTO



EDU
SPORT

[Solicitar información](#)

MÉTODOS DE PAGO

Con la Garantía de:



Fracciona el pago de tu curso en cómodos plazos y sin interéres de forma segura.



Nos adaptamos a todos los métodos de pago internacionales:



y muchos mas...



[Ver curso en la web](#)

Curso de Monitor de Pilates en Suelo + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS + CARNÉ FEDERADO)



DURACIÓN

325 horas



MODALIDAD ONLINE



ACOMPAÑAMIENTO PERSONALIZADO



CREDITOS 5 ECTS

Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Monitor de Pilates en Suelo con 200 horas expedida por EDUSPORT, centro especializado en formación deportiva y Acreditada por la FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE FITNESS (FEF) a la que va a poder acceder como Federado recibiendo el correspondiente Carnet Profesional en Instructor de Pilates, además una vez finalizada la formación, el alumno pasará a formar parte del Registro Español de Profesionales del Ejercicio (ESREPs) que recoge a los profesionales del ejercicio, estableciendo un ESTÁNDAR DE CALIDAD y un REGISTRO PROFESIONAL para garantizar un asesoramiento seguro y efectivo de los clientes usuarios de instalaciones fitness por PROFESIONALES CUALIFICADOS. La Federación Española de Fitness acredita únicamente los contenidos referidos a la actividad física, cualquier mención a aspectos técnicos- tácticos queda fuera de sus competencias y de la acreditación. - Titulación Universitaria en Salud Deportiva con 5 Créditos Universitarios ECTS con 125 horas. Curso puntuable como méritos para oposiciones de acceso a la función pública docente en todas las CC. AA., según R.D. 276/2007 de 23 de febrero (BOE 2/3/2007). Éste se lleva a cabo dentro del plan de formación permanente del profesorado de la Universidad Antonio de Nebrija

[Ver curso en la web](#)



Descripción

En la actualidad, el interés por el bienestar físico y la salud deportiva está en pleno auge. La práctica de Pilates ha demostrado ser una disciplina muy efectiva para mejorar la flexibilidad, la fuerza y la postura, convirtiéndose en una opción popular tanto entre aficionados como profesionales del deporte. El Curso de Monitor de Pilates en Suelo + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS + CARNÉ FEDERADO) te ofrece la oportunidad de convertirte en un experto en este ámbito en crecimiento. Este curso integral abarca desde los principios fundamentales y la historia del método Pilates, hasta ejercicios avanzados y la correcta terminología. Además, se complementa con módulos sobre la estructura y funciones del cuerpo humano, la alimentación en el deporte, y técnicas de masaje y vendajes. Así, adquirirás una visión holística de la salud deportiva, capacitada para abordar lesiones y optimizar el rendimiento físico de manera segura y efectiva. La doble titulación y el carné federado no solo te proporcionarán un reconocimiento profesional, sino que también te abrirán puertas en un mercado laboral con alta demanda de especialistas en bienestar y salud deportiva. La modalidad online te permitirá estudiar a tu ritmo, adaptándote a tus necesidades y horarios. ¡No dejes pasar esta oportunidad de formarte en un sector en constante crecimiento y mejora tu futuro profesional con este completo curso!

Objetivos

- Obtener conocimientos sobre la historia y principios del método Pilates.
- Comprender la terminología y conceptos clave del Pilates.
- Aprender la correcta postura y técnicas de respiración en Pilates.
- Identificar y realizar ejercicios básicos, intermedios y avanzados de Matwork.
- Conocer la estructura y funciones del cuerpo humano y su relación con el deporte.
- Estudiar los músculos y su importancia en la práctica deportiva.

[Ver curso en la web](#)

- Aplicar conocimientos sobre alimentación y prevención de lesiones deportivas.

A quién va dirigido

El Curso de Monitor de Pilates en Suelo + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS + CARNÉ FEDERADO) está dirigido a profesionales y titulados del sector deportivo que buscan ampliar o actualizar sus conocimientos. Con temarios que abordan desde la historia y principios del Pilates hasta la alimentación y primeros auxilios, no habilita para el ejercicio profesional.

Para qué te prepara

El Curso de Monitor de Pilates en Suelo + Salud Deportiva te prepara para adquirir un conocimiento profundo del método Pilates, incluyendo sus principios, terminología y ejercicios avanzados. Aprenderás a guiar a principiantes y a supervisar sesiones de nivel avanzado, así como a aplicar técnicas de respiración y postura correcta. Además, te capacitará en salud deportiva, abarcando la anatomía humana, alimentación en el deporte, prevención y tratamiento de lesiones, masajes y vendajes. Es una formación complementaria y no habilita para el ejercicio profesional.

Salidas laborales

- Monitor de Pilates en centros deportivos y gimnasios - Instructor particular de Pilates - Especialista en salud deportiva y rehabilitación - Asesor en programas de bienestar y fitness - Coordinador de actividades físicas en centros de salud - Formador en talleres y cursos de Pilates y salud deportiva - Consultor en alimentación y prevención de lesiones deportivas

TEMARIO

PARTE 1. MONITOR DE PILATES EN SUELO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 2. HISTORIA DE J. PILATES

UNIDAD DIDÁCTICA 3. PRINCIPIOS DEL MÉTODO PILATES

UNIDAD DIDÁCTICA 4. TERMINOLOGÍA ESPECÍFICA Y CONCEPTOS CLAVES

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CARACTERÍSTICAS DEL MÉTODO PILATES

UNIDAD DIDÁCTICA 6. LA POSTURA

UNIDAD DIDÁCTICA 7. LA RESPIRACIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 8. POSICIONES ACONSEJADAS PARA PRINCIPIANTES

UNIDAD DIDÁCTICA 9. LOS FUNDAMENTOS

UNIDAD DIDÁCTICA 10. EJERCICIOS DEL MATWORK

UNIDAD DIDÁCTICA 11. LISTA DE EJERCICIOS PARA MAT NIVEL BÁSICO Y PREPARACIÓN PARA EL INTERMEDIO

UNIDAD DIDÁCTICA 12. LISTA DE EJERCICIOS PARA MAT NIVEL AVANZADO

UNIDAD DIDÁCTICA 13. WALL SERIES

PARTE 2. SALUD DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURA Y FUNCIONES DEL CUERPO HUMANO

1. Anatomía

1. - Posición anatómica
2. - Conceptos clave: planimetría, ejes del cuerpo, simetría y epónimos
3. - Tipos constitucionales del cuerpo humano
4. - Clasificación de la anatomía

2. Sistemas y aparatos de la anatomía humana

1. - Sistema óseo y funciones
2. - Aparato respiratorio
3. - Sistema cardiovascular
4. - Aparato digestivo
5. - Aparato renal
6. - Sistema endocrino
7. - Sistema nervioso

8. - La piel

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTUDIO DE LOS MÚSCULOS

1. Miología
2. Tejidos Musculares: liso, esquelético y cardiaco
 1. - Movimientos musculares
3. Características del tejido muscular
 1. - Regeneración del tejido muscular
4. El Músculo Esquelético
 1. - Clasificación de los músculos esqueléticos según: forma, acción y función
 2. - Acción muscular sobre el esqueleto
5. Uniones musculares
6. Tono y fuerza muscular
 1. - Tono muscular

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE

1. Fundamentación teórica
2. Gasto calórico
3. Nutrientes en el deporte
 1. - Hidratos de carbono
 2. - Grasas
 3. - Proteínas
 4. - Agua y electrolitos
 5. - Micronutrientes

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LESIONES EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

1. Lesiones deportivas. Concepto
2. -Prevención de las lesiones deportivas
 1. - Tratamiento de las lesiones deportivas
3. Lesiones en extremidades inferiores
 1. - Lesiones en la pierna
 2. - Lesiones en el pie
 3. - Lesiones en el muslo
 4. - Lesiones en la rodilla
4. Lesiones en extremidades superiores y tronco
 1. - Lesiones en extremidad superior
 2. - Lesiones en hombro
5. Lesiones en los niños
 1. - Lesiones más frecuente en los niños/as
6. Tratamiento de las lesiones en la práctica deportiva
 1. - Tratamiento ortopédico de las lesiones
 2. - Vendaje funcional y distintas aplicaciones deportivas
 3. - Lesiones de la piel causadas por las prácticas deportivas
 4. - Hidrología médica y terapias naturales complementarias

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL MASAJE

1. Introducción a la historia del masaje
 1. - De Egipto al Islam
 2. - Desde la Edad Media al Siglo XX
2. Introducción al masaje deportivo
 1. - Técnicas de manipulación empleadas en la realización de masajes
3. Etapas para la aplicación de un masaje deportivo
 1. - Claves para el masaje deportivo
4. Gimnasia para el masaje. Quiroginmasia
5. Efectos fisiológicos del masaje
 1. - Estiramientos miofasciales en el deporte
6. Indicaciones y contraindicaciones generales del masaje
 1. - Indicaciones del masaje
 2. - Contraindicaciones del masaje

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TIPOS DE MASAJES

1. El masaje
 1. - Masaje de calentamiento
 2. - Masaje de intracompetición
 3. - Masaje de restauración o postcompetición
 4. - Masaje de entrenamiento o intersemana
 5. - Masaje como parte de un programa de fisioterapia en las lesiones
2. Automasaje en el deportista
3. Masaje ruso
4. Reflexoterapia podal en el deportista
 1. - Beneficios de la reflexiología podal
 2. - Contraindicaciones de la reflexiología podal
5. Drenaje linfático manual
 1. - Técnicas básicas en el drenaje linfático
6. Crioterapia, criomasaje y criocinética
 1. - Efectos fisiológicos
 2. - Indicaciones y contraindicaciones
 3. - Formas de aplicación
7. Criomasaje y Criocinética
 1. - Aplicación de criomasaje
 2. - Indicaciones del criomasaje
 3. - Contraindicaciones del criomasaje
 4. - Criocinética
8. Shiatsu. Masaje japonés
 1. - Beneficios del tratamiento con shiatsu

UNIDAD DIDÁCTICA 7. VENDAJES

1. Vendaje funcional
 1. - Técnicas del vendaje funcional
 2. - Indicaciones y contraindicaciones del vendaje funcional
 3. - Propiedades del vendaje funcional
2. Tipos de vendajes funcionales
 1. - Vendajes funcionales: hombro y codo

2. - Vendajes funcionales: muñeca
 3. - Vendajes funcionales: tronco
 4. - Vendajes funcionales: muslo y rodilla
 5. - Vendajes funcionales tobillo y pie
3. Otros vendajes
 1. - Vendajes neuromuscular
 2. - Vendaje en el paciente con linfedema
 3. - Vendaje en el paciente amputado

UNIDAD DIDÁCTICA 8. RODILLA

1. Anatomía y biomecánica de la rodilla
 1. - Exploraciones físicas en la rodilla
2. Resonancia magnética de partes blandas de la rodilla
3. Lesiones en la rodilla
 1. - Reumatismos de partes blandas en la rodilla
 2. - Rehabilitación de lesiones de la rodilla
 3. - Osteopatía
4. Electroestimulación en la articulación de la rodilla
5. Rehabilitación del miembro inferior en medio acuático

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

1. Conceptos básicos: actividad física, ejercicio físico y condición física
 1. - Actividad física
 2. - Ejercicio físico
 3. - Condición física
2. Beneficios de la actividad física
 1. - Componentes de la actividad física
3. Efectos de la actividad física y la alimentación
 1. - Efectos sobre la obesidad
 2. - Efectos sobre la diabetes
 3. - Efectos sobre la hipertensión arterial
4. Cineantropometría
 1. - La antropometría
5. Ayudas ergogénicas
 1. - Características

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRIMEROS AUXILIOS

1. Reanimación cardiopulmonar
2. Lesiones por frío y el calor (Congelación e Hipotermia)
 1. - Congelación
 2. - Hipotermia
3. Calambre, agotamiento y golpe de calor
 1. - Calambres por el calor
 2. - Agotamiento por el calor
 3. - Golpe de calor

Solicita información sin compromiso

¡Matricularme ya!

Telefonos de contacto

España		+34 900 831 200	Argentina		54-(11)52391339
Bolivia		+591 50154035	Estados Unidos		1-(2)022220068
Chile		56-(2)25652888	Guatemala		+502 22681261
Colombia		+57 601 50885563	Mexico		+52-(55)11689600
Costa Rica		+506 40014497	Panamá		+507 8355891
Ecuador		+593 24016142	Perú		+51 1 17075761
El Salvador		+503 21130481	República Dominicana		+1 8299463963

!Encuétranos aquí!

Edificio Educa Edtech

Camino de la Torrecilla N.º 30 EDIFICIO EDUCA EDTECH,
C.P. 18.200, Maracena (Granada)

 formacion@euroinnova.com

 www.euroinnova.com

Horario atención al cliente

Lunes a viernes: 9:00 a 20:00h Horario España

¡Síguenos para estar al tanto de todas nuestras novedades!



Ver curso en la web

EDU SPORT



By
EDUCA EDTECH
Group