

FORMACIÓN DE PILATES

“Una formación basada en la
enseñanza tradicional del método”

ASUNCIÓN-PARAGUAY
2026

FUTURO INSTRUCTOR DE PILATES, ¡BIENVENIDO A NUESTRA COMUNIDAD!

Te escribimos con la emoción de quienes están a punto de ver florecer a una nueva generación de profesionales. Lanzar una formación no es solo abrir un curso, es darte todo el apoyo y guía que necesitas para iniciar en tu nueva etapa como instructor de Pilates.

Ser un instructor de Pilates va mucho más allá de corregir posturas o memorizar una secuencia de ejercicios. Se trata de convertirte en un arquitecto del bienestar. Vas a aprender a leer el cuerpo humano, a entender sus silencios y sus gritos, a devolverle la movilidad y con ella la libertad a quien ha perdido la confianza en su propio cuerpo.

¿Por qué esta formación es el comienzo de tu nueva etapa?

Porque no venimos a enseñarte solo "qué" hacer, sino el "cómo" y el "porqué". Queremos que entiendas la esencia del método para que puedas conectar de verdad con tus futuros alumnos.

Durante este camino:

- Vas a aprender la técnica con la precisión que el método exige, pero también con el corazón que la enseñanza requiere.
- Vas a descubrir tu propia voz como instructor. No buscamos copias, sino profesionales auténticos que aporten su propia luz al mundo del pilates.
- Te vas a rodear de una comunidad de personas que, como vos sienten el cosquilleo de querer dedicarse a algo que aman.

Con el compromiso y la responsabilidad que una formación conllevan, te esperamos para seguir aprendiendo juntos.

Andy Fernández y Kevin Ayala.

¿Por qué decidimos abrir la formación?

A lo largo de nuestra trayectoria nos encontramos con colegas que quieren profundizar en el método con los cuales siempre mantenemos un intercambio de conocimientos muy genuino y agradable. Decidimos continuar con la misma dinámica pero de una manera formal. La formación es una responsabilidad muy grande pero estamos dispuestos a transmitir lo que sabemos y lo que seguimos aprendiendo.

Nos apasiona el método, el legado de Joseph y el movimiento por eso vamos a transmitir la técnica con rigor porque el método merece ser enseñado con respeto por sus fundamentos, vamos a dar importancia a la anatomía aplicada, no buscamos solo formar instructores técnicamente competentes, sino personas que entiendan el valor de la empatía y la escucha activa.

Diseñamos este programa para personas apasionadas por el movimiento, que quieran dedicarse con seriedad o que simplemente desean llevar su práctica a un nivel superior de comprensión.

No queremos una formación masificada, buscamos un grupo reducido, con ganas de aprender, equivocarse y crecer juntos porque de eso se trata, de crear una comunidad que aprende y se sostiene.

“UNA FORMACIÓN BASADA EN LA ENSEÑANZA
TRADICIONAL DEL MÉTODO”

FORMACIÓN DE PILATES



BALANCE
Escuela de pilates

¿Qué vas a vivir y aprender en esta formación?

- Anatomía aplicada al movimiento.
- Pre-pilates.
- Repertorio completo de mat y reformer (básico-intermedio-avanzado).
- Ejercicios y manipulación de los demás equipos y accesorios del sistema.
- técnicas de corrección.
- Diseño de clases.
- Clases privadas.
- Clases regulares en el estudio.
- Observación de clases.
- Orientación laboral.

¿Cómo se distribuyen las 200hs de la formación?

- 56 horas anatomía y primeros auxilios.
- 104 horas teoría y práctica en los encuentros de sábado y domingo.
- 40 horas distribuidas en clases privadas, clases grupales, prácticas como instructor.

¿Qué días serán los encuentros?

- Sábados de 09:00 a 15:00hs
- Domingos de 09:00 a 13:00hs

Las clases privadas, grupales y prácticas como instructor a coordinar según su disponibilidad.

¿Cuáles son las fechas de encuentros?

NOVIEMBRE

14, 15

DICIEMBRE

05, 06, 19, 20

ENERO

09, 10, 23, 24

FEBRERO

06, 07, 20, 21

MARZO

06, 07, 13, 14

ABRIL

03, 04, 17, 18

MAYO

08, 09, 22, 23

¿Quiénes pueden participar en la formación?

Todos, independientemente del nivel en el que te encuentres, ya sea dominando el método o con cero conocimientos. Vamos a construir el conocimiento paso a paso, partiendo de los fundamentos y profundizando en cada aspecto de la técnica. El objetivo es que sin importar el lugar del que partas, todo el grupo culmine la formación con un mismo nivel de integración y manejo del método.



BALANCE
Escuela de pilates

¿Cuál será el método de evaluación para obtener el certificado de instructor de Pilates?

- Examen teórico de anatomía y primeros auxilios.
- Exámen práctico de Pilates. (dominio del repertorio mat y reformer).
- Exámen práctico de Pilates (una clase como instructor).

¿Cuáles son los métodos de pago?

- Mensual: siete pagos de 1.800.000Gs.
- Totalidad: un pago de 11.000.000Gs.

Contamos con el beneficio de hasta 10 cuotas sin intereses con tarjeta de crédito del banco itaú.

**TE ESPERAMOS CON MUCHA ILUSIÓN
PARA ACOMPAÑARTE EN TUS PRIMEROS
PASOS DENTRO DEL INTERESANTE E
INFINITO MÉTODO PILATES.**