

ELENA CARRETÓN NEWPORT  
MÉTODO PI i+D+i

# EXPERTO EN iMAT MASTER EN MÉTODO PI

---

# 2021



---

info@metodopi.es  
626 477 620  
metodo.pi



# MÉTODO PI

---

La creciente expansión del well-being o búsqueda del bienestar físico, mental y emocional, requiere programas formativos de calidad y rigor científico que garanticen la profesionalización del sector.

Los títulos de **Experto y Máster en Método PI** surgen para dar respuesta a esta necesidad.

La aportación clave del programa es el **alto nivel de aplicabilidad** a los entornos reales y la combinación de práctica personal y explicaciones teóricas.

El título de Experto iMAT proporciona la capacitación para dirigir y transmitir con éxito un entrenamiento PI.

## BASES DEL MÉTODO

---

- Técnica de Stott y Polestar Pilates.
- Reeduación postural global.
- Arte y control de la danza.
- Conciencia y concentración de la eutonía.
- Fluidez del Feldenkrais.
- Fuerza y cardio del fitness.
- Estabilidad del record.
- Antigravity de aeropilates.
- Movilidad de entrenamiento funcional.
- Presencia de mindfulness.
- Motivación de coaching.
- Innovación de neuromecánica.



## ELENA C. NEWPORT

Creadora del Método PI

---

Licenciada de Danza Moderna por la Imperial Society of Dancing of London.

Mentora Certificada en Pilates Mat y Studio por Stott Pilates Londres y Polestar Pilates.

Master Trainer de Poblaciones Especiales y Rehabilitación por Stott Pilates.

Experta en Coaching integral en ACTP por ICF.

Especialista en Mindfulness MBRS Education Redcord Active.

Especialista en Biomecánica del movimiento, Neuromecánica RPG y rehabilitación del sistema locomotor.

Master Trainer de Garuda.

Certificación Oficial de Anatomía Funcional y ejercicio correctivo.

Técnico superior de entrenamiento con Electroestimulación.

Instructor deportivo para discapacitados físicos.

Técnico superior III Aerobic, Fitness - Free Styles y Bosu.

Monitora de Spinning y actividades dirigidas

Personal Trainer de Entrenamiento Funcional.

Certificada en Aeropilates.



# FORMACIÓN iMAT

---

- Anatomía funcional aplicada a Pilates.
- Teoría y práctica del análisis corporal.
- Teoría y práctica del repertorio Pilates.
- Guías verbales, táctiles e imágenes para mejorar la ejecución de los ejercicios.
- Planificación del entrenamiento.
- Crear conciencia corporal: integrar e identificar.
- Protocolo de valoración e interpretación.
- Ejercicios correctivos para desequilibrios detectados.
- Análisis y mecanismos de las lesiones deportivas.
- Planificación de las tareas cognitivas: visuales y auditivas.

# CONTENIDOS

---

## Módulo I

Introducción a las intervenciones basadas en el Programa iMAT.

## Módulo II

Entender el diálogo cuerpo y mente.

## Módulo III

Competencias básicas del Instructor del METODO PI.

## Módulo IV

Aplicaciones del METODO PI en el entrenamiento Well-being.

## Modulo V

Fusión teórico práctica del programa.

# OBJETIVOS

---

01

Integrar todo el aprendizaje para ser un auténtico transmisor del Método PI.

02

Proporcionar una formación profesional de calidad del Método PI, basada en 30 años de experiencia y en la evidencia científica.

03

Desarrollar, implementar y evaluar científicamente intervenciones basadas en el Método Pilates.

# PERFIL DE INGRESO

---

Estas titulaciones están dirigidas a toda persona interesada en un entrenamiento multidisciplinar físico, mental y emocional a nivel profesional, así como en la aplicación en el ámbito educacional y psico-deportivo.

Está especialmente indicado para instructores de Pilates, Yoga, Garuda, Chikung... y profesionales de los ámbitos educativo, clínico sanitario, deportivo y artístico. Emprendedores que quieran introducir y liderar en el mercado actual una línea empresarial well-being.



Nuestra estrategia es implantar un modelo de entrenamiento innovador, atractivo y de alta calidad para un cliente exigente que quiera aportar un toque de distinción premium a su organización.



# ELENA CARRETÓN NEWPORT

Creadora del Método PI

CEO de Pilates Mortera S.L.

Apasionada de la investigación y la enseñanza de la mente y el cuerpo humano.  
Motivadora, empática, activadora de la curiosidad y facilitadora de conocimiento.

Sus 30 años de experiencia descubriendo diferentes técnicas en otros países, observando y entrenando el cuerpo y la mente, son la garantía del éxito integral del Método PI en personas y equipos.

## METODOLOGÍA

### Experto iMAT en el MÉTODO PI

52 horas:

40 horas: 5 módulos presenciales

5 horas: observación

4 horas: revisión

2 horas: tutoría personal

1 hora: examen

### Master en MÉTODO PI

136 horas:

112 horas: 14 módulos presenciales

10 horas: observación

8 horas: revisión

4 horas: tutoría personal

2 horas: examen

## CALENDARIO

Seminarios presenciales:

Sábados de 10 a 14 y de 16 a 20h.

en Move&Go Santander.

Sábados 6, 13, 20 y 27 de noviembre y

11 de diciembre de 2021

El título de Experto  
iMAT del MÉTODO  
PI tiene un precio  
de 1800 € + IVA.



info@metodopi.es

626 477 620

 metodo.pi