

MÉTODO BARRE

INSTRUCTORADO 2024 #EDICION 11

DURACIÓN 6 MESES | JULIO - DICIEMBRE | 6 MÓDULOS

FORMA DE EVALUACIÓN:

TEÓRICO – PRÁCTICA.

Las evaluaciones teóricas son a través de la plataforma en formato de autoevaluación choice y para las evaluaciones prácticas tendrán posibilidad de elegir día y horario con anterioridad.

DIRIGIDO A:

Prof. o Lic. en Educación Física, Prof de danza, Pilates, preparadores físicos. Entrenadores, personal trainers, instructores de fitness, bailarines, deportistas, profesionales de la Salud, público en general que se considere preparado a incluir conocimientos teóricos y prácticos de la disciplina.

DESCRIPCIÓN DE LA DISCIPLINA:

Es un Workout dónde se fusionan las bases del Ballet con técnicas de Pilates y Fitness. Se utilizan intervalos de cardio, y ejercicios de fuerza, estiramiento y recuperación, con el fin de tonificar y fortalecer, además de buscar como objetivo mejorar la resistencia y facilitar la pérdida de grasa corporal.

Este nuevo método como su nombre lo indica utiliza una barra de ballet en la mayoría de sus ejercicios y además pelotas, pesas, bandas y mats. A través de ejercicios a predominio de tipo isométricos, se busca la alineación del cuerpo, la excelencia en la postura, la progresión de ejercicios, y la buena salud, sin dejar de ser recreativa.

EQUIPO DOCENTE



NOELIA RUSI

Instructora de Barre Certificada en USA – Creadora del primer estudio de Barre en la Argentina Profesora de Pilates Mat, Danza Contemporánea y Movimiento Consciente – Profesora de Yoga Terapia – Bailarina.



JOPI MAINA

Lic. en Cs Políticas – Especialista en Marketing y Comunicación Digital – Co Creadora del primer estudio de Barre en la Argentina – Instructora del Método Barre – Bailarina.



CINTHIA ARBALLO

Lic en Kinesiología y Fisiatría UCES MN 11984 – Especialista en Rehabilitación Traumatólogica y rehabilitación deportiva- Instructora del Método Barre.

Y un equipo profesional interdisciplinario que interviene en las clases especiales.

ALGUNOS DETALLES DE INTERÉS:

Los días de cursada siempre son Martes y Jueves a las 19.30 hs. Previo al comienzo se les enviará un calendario con todas las videoconferencias ya programadas. Recuerden que quedan grabadas y pueden verse luego en cualquier momento si es que no pueden estar presentes al momento del VIVO.

Se dictan 35 videoconferencias de aproximadamente 2 hs c /u. Sumado al contenido de lectura, práctica, preparación de trabajos y proyecto final, se estima y sugiere una dedicación de 200 hs. durante los 6 meses.

(*) La lectura del material dentro del Aula virtual se hace a tu ritmo.

(*) Deberás tener en cuenta que semanalmente habrá actividades propuestas por el tutor para realizar así como el seguimiento de todo lo que vas leyendo.

(*) Las evaluaciones son por medio de consignas de trabajos escritos y por autoevaluaciones a través del aula virtual.

(*) El trabajo final consiste en un proyecto integrador de todo lo visto con el armado de un manual de marca y defensa del mismo.

Las clases son a través de la plataforma ZOOM desde nuestro campus virtual. Son videoconferencias teóricas y clases prácticas de máximo 2 horas, con sus respectivos desgloses de ejercicios. Algunas clases son sincrónicas, en vivo, pero siempre el material queda grabado para su posterior visualización.

CERTIFICACIÓN: Se entregará la Certificación a aquellos que hayan completado la evaluación final y los requisitos académicos y administrativos correspondientes. Luego de los 30 días finalizado el instructorado.

OBJETIVOS GENERALES DEL INSTRUCTORADO

- Conocer la historia del barre y su metodología.
- Reconocer al Barre cómo un medio facilitador del desarrollo motriz y psico-social.
- Adquirir las técnicas necesarias del método.
- Incorporar conocimientos actualizados, habilidades técnicas, didácticas y pedagógicas.
- Planificar un entrenamiento y llevar a cabo una clase.
- Crear secuencias para el armado de clases.
- Adaptar la disciplina a poblaciones especiales. (embarazo, tercera edad, obesidad)
- Distinguir los tiempos musicales y su aplicación.
- Vivenciar la práctica para el dictado de clases: Rolle Playing.

PROGRAMA GENERAL DEL INSTRUCTORADO

- **Fundamentos e Historia del método Barre**
- **Principios de las técnicas aplicadas: Ballet, Pilates, Fitness**
- **Anatomía y Biomecánica aplicada: Teórica y Práctica**
- **Fisiología del ejercicio**
- **Lesiones**
- **Didáctica y pedagogía**
- **Expresión Corporal**
- **Educación Musical**
- **Coaching**
- **Imagen Corporal**
- **Nutrición Deportiva**
- **Marketing Personal**
- **Prácticas de clases**

(Una vez inscripto se detallará el cronograma y temario de cada encuentro)



MÉTODO BARRE INSTRUCTORADO 2024

TU INVERSIÓN

PRE VENTA (mantenemos el valor de Enero 2024 durante todo el mes de Abril)

CONTADO \$ 175.900 + 26.990 matrícula

3 Cuotas de \$99.999.'

6 cuotas de \$49.999.'

[Solicitar LINK por WHATSAPP o Hacer Click acá](#)

-DESDE EL EXTERIOR 460 USD total

PAYPAL

(con el mail = jopimaina@fitbarreba.com.ar)

Una vez realizado el pago enviar el comprobante por mail a fitacademy@fitbarreba.com.ar

EL VALOR DE LA CUOTA INCLUYE EL ACCESO a CLASES de nuestro FITBARRE ONDEMAND, para un adicional de clases prácticas ilimitadas de barre y otras disciplinas durante un periodo de 6 meses.

El curso se abre con un cupo mínimo de 25 personas. En el caso de que no se alcance esa cantidad de confirmaciones se reprograma la fecha o se devuelve el dinero.

** IMPORTANTE: (no hay devolución)

El pago es un compromiso de cursada, por lo que aquellas personas que por algún motivo u otro no puedan continuar con el curso, no podrán exigir la devolución del dinero y se les dará de baja en el campus virtual.

DATOS BANCARIOS

Banco Santander

Nº de Cuenta CC en Pesos 727-008860/6

CBU 0720727520000000886068

Alias: **FIT.BARRE.OK**

Razón Social: FITBARRE SRL

CUIT/CUIL 30716920581

CERTIFICACIÓN CON AVAL NACIONAL E INTERNACIONAL

Aquellos que deseen el diploma con AVAL universitario, pueden obtenerlo de manera OPCIONAL al finalizar el instructorado. Se debe abonar la suma de \$14000 – pesos Arg. y rendir un examen on line de la institución correspondiente.

El Instituto Universitario YMCA es un referente en la producción, enseñanza y difusión de contenidos en el área de la actividad física, el deporte y la promoción de la salud, siendo reconocido por el alto nivel académico de sus egresados, de su equipo docente e investigadores y por el clima de igualdad y pluralismo de sus proyectos.

El Instituto Universitario IUYMCA, la Coalición YMCA y la Red de Actividad Física de las Américas en un ámbito de libertad de expresión y diversidad de enfoques, estimulando la creación personal de modo metódico, el espíritu de observación y la investigación a partir de 2021 nos ha otorgado su aval y auspicio.

