



CURSO PROFESIONAL INSTRUCTORES/AS DE PILATES

FORMACIÓN INTEGRAL CON
CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL

Carrera · Empleabilidad · Vida Saludable · Bienestar · Propósito

20
26

¿Por qué Pilates hoy?

UNA PROFESIÓN CON FUTURO REAL

- El Pilates ha pasado de ser una técnica de ejercicio a convertirse en una disciplina clave en el ámbito del movimiento, la salud, la rehabilitación y el bienestar integral.
- Crece la demanda de instructores formados con base sólida, seria y certificada.
- Es una oportunidad profesional para quienes buscan:
 - Redefinir su carrera.
 - Ampliar su campo laboral en salud y bienestar.



Emprender con propósito

en el mundo del movimiento consciente.



“Formar instructores de Pilates ha sido, durante 25 años, una vocación guiada por el compromiso con el movimiento, la salud y el bienestar.

Hoy, más que nunca, observo cómo el Pilates se ha consolidado como una verdadera oportunidad profesional: un camino que permite transformar vidas, abrir horizontes laborales y construir proyectos personales con sentido.

Cada año veo a personas que llegan buscando aprender una técnica y terminan descubriendo una profesión completa, capaz de integrarse en estudios, centros de salud, espacios de rehabilitación o incluso en emprendimientos propios. El crecimiento del sector y la valoración del movimiento consciente hacen que formarse con una base sólida, seria y certificada sea una decisión que marca un antes y un después.

Quiero invitarte a vivir esta experiencia desde el cuerpo, desde el conocimiento y desde el propósito. No solo aprenderás Pilates: aprenderás a guiar, acompañar y construir bienestar en otros, mientras desarrollas una carrera real en un ámbito que sigue expandiéndose en Chile y Latinoamérica.”

RODRIGO ABETT DE LA TORRE

Director Pilates Qi Educación

¿Qué es el método Pilates?

MOVIMIENTO CONSCIENTE, CONTROL Y BIENESTAR

- Sistema de ejercicio que integra cuerpo, mente y respiración.
- Mejora fuerza, estabilidad, alineación postural y movilidad.
- Se adapta a diferentes edades, niveles y necesidades.
- Es utilizado en estudios especializados, centros de salud y programas de rehabilitación en todo el mundo.



Hoy, Pilates no solo es un método de entrenamiento, es una disciplina con proyección profesional real.



Nuestro programa formativo 2026

Un año para construir tu nueva profesión

CURSO PROFESIONAL INSTRUCTORES DE PILATES

PROGRAMA FORMATIVO:

- **Duración:** 11 meses (marzo 2026 – enero 2027).
- **Modalidad:** teoría, práctica supervisada y horas de estudio personal.
- **Enfoque:** desde los fundamentos del método hasta la aplicación en contextos reales.
- **Acompañamiento constante para tu desarrollo técnico, pedagógico y profesional.**

Más que un curso,

es un proceso de conversión hacia la profesión de instructor/a de Pilates.



CURSO PROFESIONAL INSTRUCTORES DE PILATES

ESTRUCTURA:

De la base técnica a la práctica profesional

- **Módulos teóricos:** anatomía aplicada, biomecánica, principios del método Pilates.
- **Módulos prácticos:** repertorio en aparatos y suelo, progresiones y adaptaciones.
- **Práctica supervisada:** horas de observación, asistencia y conducción de clases.
- **Evaluaciones:** teóricas y prácticas para asegurar un estándar profesional.

Te acompañamos paso a paso para que puedas ejercer con seguridad, criterio y responsabilidad.



CURSO PROFESIONAL INSTRUCTORES DE PILATES

FILOSOFÍA Y ENFOQUE DE ENSEÑANZA:

Movimiento, salud, bienestar y propósito

- **Formación basada en la experiencia corporal y la comprensión profunda del movimiento.**
- **Mirada integradora:** salud, rehabilitación, bienestar y calidad de vida.
- **Acompañamiento cercano y respetuoso** de los procesos individuales.
- **Enfoque ético y consciente del rol del instructor/a en la vida de las personas.**

Nuestro objetivo es que egreses como profesional del Pilates, con criterio propio y un propósito claro.



CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL

Un respaldo para tu desarrollo profesional

- El curso está diseñado para ofrecer una formación integral en el método Pilates, con la seguridad de un respaldo internacional. La Pilates Method Alliance (PMA), la Federación Española de Pilates, y la International Federation Pilates and Personal Training avalan esta certificación, asegurando una calidad educativa de alto estándar que abrirá puertas en todo el mundo.
- **Al finalizar, obtendrás la Certificación PilatesQi Educación y la Certificación de la Federación Española de Pilates, con el respaldo oficial de la Unión Europea.**



ÁREAS DE ESPECIALIZACIÓN

Una Formación Integral:

Pilates Fitness:

Enfocado en tonificación y fortalecimiento para un cuerpo en equilibrio.

Pilates Wellness:

Dirigido a quienes buscan un estilo de vida saludable y balanceado.

Pilates Biogénesis:

Para la gestión de peso y enfermedades crónicas.

Pilates Post-Kinésico:

Ideal para personas que necesitan seguimiento post-rehabilitación.

Pilates Femenino:

Especial para etapas como el pre y post parto y para el manejo de condiciones como la incontinencia urinaria.

Estas áreas te permiten adaptar tu perfil profesional a distintos contextos y públicos.



Diseña tu propio camino laboral

EQUIPO DOCENTE

Formadores con Trayectoria Internacional

- Nuestro equipo incluye especialistas en Kinesiología, Osteopatía, Psicología y Neurociencias, bajo la dirección de Rodrigo Abett de la Torre.
- Rodrigo cuenta con una sólida formación en Pilates y estudios avanzados con discípulos de Joseph Pilates, integrando este conocimiento en un enfoque moderno de la técnica Pilates, optimizado para diversas necesidades de salud.



RODRIGO ABETT DE LA TORRE - DIRECTOR CENTRO PILATES QI - MUNDOPILATES

- Certified Practitioner of Pilates Studio Polestar Education USA/ Instructor Pilates Studio Physiopilates Brasil / Formado en Biología - Cultural / Membership y Certified Pilates Teacher Pilates Method Alliance / Instructor Pilates Terapéutico USA.

FORMACIÓN AVANZADA Y WORKSHOPS

Workshops Temáticos Incluidos

A lo largo del curso, tendrás **acceso a 9 workshops especializados**, que enriquecerán tu formación y te permitirán profundizar en áreas clave del método Pilates:

1. Pilates y Cadenas Musculares:

- Profundiza en cómo las cadenas musculares afectan el movimiento y cómo Pilates puede trabajar con estas para mejorar la función corporal general.

2. Anatomía Funcional para Pilates:

- Estudia la anatomía aplicada al Pilates para optimizar la técnica y la prevención de lesiones.

3. Pilates Femenino – Embarazo e Incontinencia:

- Técnicas de Pilates adaptadas a las necesidades del embarazo y la rehabilitación postparto, además del manejo de la incontinencia urinaria.

FORMACIÓN AVANZADA Y WORKSHOPS

Workshops Temáticos Incluidos

4. Pilates para el Manejo del Estrés:

- Aprende a usar Pilates como herramienta para reducir el estrés, mejorar la respiración y aumentar la relajación.

5. Pilates y Sobrepeso:

- Aplicación del método Pilates para la pérdida de peso saludable y el fortalecimiento del cuerpo.

6. Pilates Studio – Rehabilitación Funcional:

- Aprende a trabajar con las máquinas de Pilates en un entorno de rehabilitación funcional, mejorando la movilidad y reduciendo el dolor.



FORMACIÓN AVANZADA Y WORKSHOPS

Workshops Temáticos Incluidos

7. Pilates para el Adulto Mayor:

- Técnicas adaptadas para mejorar la calidad de vida y la movilidad en la tercera edad.

8. Pilates para Enfermedades Autoinmunes:

- Estrategias para utilizar Pilates en el manejo y la mejora de la salud de personas con enfermedades autoinmunes.

9. Emprende tu centro: gestión integral de tu propio negocio

- Aprende a gestionar tu propio centro como un negocio sostenible: ordena tus servicios, agenda y finanzas, y diseña un plan claro para emprender con visión profesional y equilibrio personal.



CURSO NIVEL 1 BYOTENSIS CORE CON FABIANA SILVA Y CIRKLO

Ampliando tu preparación con el curso Byotensis Core

- Para hacer aún más profunda tu preparación, hemos incluido el Curso Nivel 1 de Byotensis Core, desarrollado en colaboración con **Fabiana Silva, CEO de Cirklo, una referente mundial en el estudio de las fascias.**
- Juntos, aportamos un enfoque único sobre el tejido conectivo, fundamental para la comprensión del cuerpo humano y su movimiento. Encuentra más sobre el trabajo de Cirklo en [@cirklo_edu](#).



INSCRIPCIONES Y **DETALLES PRÁCTICOS**

PROGRAMA: CURSO PROFESIONAL DE PILATES 2025

- El valor total de los cursos es sin costos extras.
- Incluye las clases teórico (incluidas rehabilitación funcional) - prácticas, manuales, clases, workshops, ayudantías, practica profesional y examen.
- Facilidad de pago hasta en 12 cuotas o al contado con descuento.

PRECIO TOTAL DEL PROGRAMA: \$2.650.000 PESOS CLP | US\$ 2.500.-

INSCRIPCIONES DIRECTAS A: contacto@pilatesqi.cl o al WhatsApp: +56993185629

Más información: www.pilatesqieducacion.cl y www.pilatesqisystem.cl



PILATES QI

CURSO PROFESIONAL INSTRUCTORES DE PILATES



FORMACIÓN INTEGRAL CON CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL

Carrera · Empleabilidad · Vida Saludable · Bienestar · Propósito

20
26

