

### ¡Enhorabuena por haber completado tus días de formación en el estudio!

Después de completar todas las horas en línea (150), de observación (60), de enseñanza práctica (70), de autoapráctica (70) y de enseñanza asistida (34), sigue estos pasos finales en orden progresivo para finalizar tu formación. Si tienes alguna pregunta sobre el proceso, ponte en contacto con tu Master Trainer.

#### Plataforma Educativa

- Tu acceso a la Plataforma Educativa caducará un año después de la fecha de tu primer día de formación en el estudio. Si necesitas más tiempo, comenta a tu Master Trainer. (Puede estar sujeto a tarifas adicionales).
- Confirma que completaste todos los módulos, incluyendo todas las tareas y cuestionarios.
- Confirma que completaste el curso de Anatomía.
- Confirma que entregaste tu tarea final escrita (detalles a continuación).

#### Examen final escrito

Una vez que hayas completado la plataforma, tus días de formación en el estudio, tareas y horas correspondientes, estarás listo para tu examen final escrito.

Detalles del examen:

- 150 preguntas.
- Límite de 2 horas (a partir del momento en que comiences el examen).
- Se permiten 2 intentos.
- Se requiere una puntuación mínima del 80 % para aprobar.
- Una vez aprobado, seguirás teniendo acceso a la Plataforma hasta que se cumpla un año desde tu primer día de formación en el estudio.
- Envía un correo electrónico a tu Master Trainer una vez aprobado el examen y envíale una captura de pantalla con tu puntuación.

#### Tarea final - Flujos de clase

Tu tarea final consta de tres flujos de clase que serán asignados por tu Master Trainer.

Detalles del trabajo:

- Completa los 3 flujos de clase asignados por tu Master Trainer utilizando la plantilla que se encuentra en la Plataforma Educativa, en la sección «Tarea final».
- Todos los flujos de clase deben trabajar todo el cuerpo.
- Todas las clases deben incluir flexión, extensión, flexión lateral y rotación de la columna vertebral.
- Cada ejercicio debe tener un mínimo de una modificación. Debes utilizar el Reformer y al menos otro equipo (el trabajo con Mat se puede realizar en el Reformer; en este caso, utiliza el Springboard, el Spine Corrector, la silla o el Ladder Barrel como otro equipo).
- Los productos TRX, FSM o TriggerPoint no se considerarán equipos adicionales, ya que no son aparatos tradicionales de Pilates.

### Prueba Práctica

Una vez que haya aprobado el examen escrito final y aprobado la tarea final , ponte en contacto con tu Master Trainer para programar tu prueba práctica final. Esta consistirá en lo siguiente:

Prueba en vivo en un cuerpo (Completa: 90-120 minutos)

- Incluye cada uno de los ejercicios enumerados en el documento de preparación para la prueba (disponible en la Plataforma Educativa), incorporando todas las partes del cuerpo/planos del movimiento y los movimientos de la columna vertebral: flexión, extensión, lateral, rotación.
- Utiliza modificaciones y progresiones y demuestra tus conocimientos generales de Pilates.
- Realizarás entre 3 y 5 repeticiones por ejercicio (a menos que tu Master Trainer le indique lo contrario).
- Planifica adecuadamente para minimizar el tiempo de transición entre ejercicios y aparatos.
- Esta prueba práctica se realizará de forma presencial. Si tu Master Trainer no se encuentra en tu localidad, la evaluación se realizará en directo a través de una plataforma virtual.

### Diploma

Una vez completado todo lo anterior, tu Master Trainer te enviará por correo electrónico el formulario de evaluación de la prueba práctica. Necesitas obtener una puntuación del 80 % o más en cada categoría de la prueba para obtener la certificación como instructor de Pilates Comprehensive. Si obtienes una puntuación inferior al 80 % en cualquiera de las categorías de la prueba, el Master Trainer te indicará los pasos a seguir y es posible que se apliquen tarifas adicionales. Una vez completada con éxito la prueba, tu diploma estará disponible en el estudio donde cursaste el Teacher Training en un plazo de entre 4 y 6 semanas. Si necesitas que se envíe a una dirección específica, es importante que nos compartas los datos completos, teniendo en cuenta que los gastos de envío corren a cargo del alumno.