

# PILATES NA DANÇA

27 abril 2024 | 9h às 18h | 8 horas

Formação presencial

FABIANA OISHI

CREDITAÇÃO

TREINADORES DESPORTIVOS | TÉCNICOS DE EXERCÍCIO FÍSICO | DIRETORES TÉCNICOS

Mais informações e inscrições em:

[www.formacaodesportiva.pt](http://www.formacaodesportiva.pt)

Iniciativa realizada com o apoio de:

## APRESENTAÇÃO

O método Pilates já se comprovou eficaz enquanto atividade física, cuidado clínico e em diversas áreas desportivas. Este curso, especialmente destinado a treinadores de dança de qualquer modalidade, pretende contribuir para o aprofundamento dos conhecimentos biomecânicos e anatómicos dos formandos, permitindo-lhes a construção e dinamização de aulas mais eficientes e ajustadas aos seus bailarinos.

## ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em regime presencial, na Academia Soul Bliss. **Os participantes terão de participar em pelo menos 80% das horas da formação para que possa ser emitido qualquer certificado de participação na mesma.**

Horário	Tipo de aula	Temática
9h – 11h	Teórica	A Anatomia da Dança
11h – 12h	Teórico-Prática	Anatomia e Biomecânica da Dança
13h – 15h	Prática	Alunos iniciantes
15h – 18h	Prática	Alunos avançados

## LOCAL E HORÁRIO

Rua Bernardino Machado 137A  
2785-092 São Domingos de Rana  
27 abril 2024 – das 9h às 18h  
(8 horas)

## DESTINATÁRIOS

- Treinadores e professores de dança
- Técnicos de exercício físico e personal trainers
- Fisioterapeutas

## FORMADORES

### Fabiana Oishi

Fui atleta de Ginástica Olímpica e natação e o movimento humano sempre me fascinou. Por ter sido uma adolescente que precisou de fisioterapia postural para tratar de uma escoliose que me impediu de continuar na Ginástica, encontrei na natação o conforto e o entendimento de que a cura vem do movimento. Dali para hidroterapia e fisioterapia foi um caminho natural. A dança entrou no meu percurso quando a Broadway chegava ao Brasil, em São Paulo e faria um espetáculo que sabidamente era exigente para coluna e joelho dos bailarinos, e fui fisioterapeuta desse musical em 2004. Dali para frente nunca mais me separei, como fisioterapeuta, da dança profissional, sendo fisioterapeuta responsável de musicais como Fantasma Da Ópera, Mamma Mia, Cats, Família Adams entre mais de 50 outros musicais. A minha clínica, PhysioArtStudio, é pioneira na fisioterapia na dança no Brasil.

## VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único	145€
-------------	------

## CONTACTOS

Bruno Alexandre Sousa  
926 888 764  
[geral@kairosport.pt](mailto:geral@kairosport.pt)

## APOIOS E PARCERIAS

**COPYSERVICE**  
CENTRO DE CÓPIAS DE LOURES  
[www.copy-service.pt](http://www.copy-service.pt)

The logo for Kairosport features a stylized blue figure with arms raised, resembling a person in motion or a starburst, positioned above the text 'kairosport' in a bold, lowercase, sans-serif font.  
**kairosport**

The logo for Soul Bliss features a stylized pink lotus flower with a white lighthouse tower inside its petals, all enclosed within a circular frame. Below the logo, the text 'SOUL BLISS' is written in a clean, sans-serif font.  
SOUL BLISS