

□ **Pentru prima data in Romania si in regiunea europeana apropiata acesteia va avea loc Congresul International de Pilates, organizat de TonusPlus, cel mai performant studio Pilates din Romania .**

□□ **Intre 21-23 Octombrie 2011 Congresul va reuni 8 instructori de top din lume (S.U.A., Portugalia, Spania, Croatia, Ungaria si Romania) si se adreseaza unei vaste categorii de participanti precum instructori de fitness, kinetoterapeuti, antreprenori de sport si iubitori ai vietii sanatoase.**

Acceseaza <http://www.pilates-convention.com> si rezerva un loc la cel mai mare eveniment dedicat fitness din toamna 2011 in Europa de Est.

Practică pilates cu 8 instructori de top

Opt instructori certificati din S.U.A., Croatia, Ungaria, Spania, Portugalia si România vor avea grijă ca pe parcursul celor trei zile de congres fiecare participant să aibă parte de cea mai bună pregătire, exercitii si tehnici valoroase de intretinere corporală.



Evenimentul e structurat astfel încât practicantii sportului, antrenorii de fitness si aerobic, dar si kineto- terapeutii să experimenteze beneficiile Metodei Pilates la un nivel de profesionalism unic în România, in fitness, recuperare, relaxare si întreținere. Învată Pilates în Capitala Culturala a României!

6 motive pentru a participa la Congresul International de Pilates

1.Esti recompensat cu puncte de credit STOTT Pilates® CEC 2. Peste 24 de sedinte de workshop si masterclass sustinute de instructorii recunoscuti mondial3.Poti testa si achizitiona echipament profesionist pilates 4.Devii parte a retelei internationale Pilates si interactionezi cu instructori, practicanti si manageri de sali de Pilates si nu numai din intreaga lume5.Primesti un pachet de intampinare plin de surprize6.Iti insusesti cunostintele avansate si le aplici direct in salonul tau de intretinere

Taxa de participare incepand de la 50 de euro

Alege unul din pachetele de participare pe site-ul oficial si vino sa inveti Pilates la cel mai mare eveniment de profil din aceasta toamna din Europa de Est.

Ce inseamnă Pilates?

Metoda creata de Joseph Pilates,“Contrology”, aduce un plus de sănătate si o stare de bine oricărui practicant fiind și un important sprijin în reeducarea posturală. ”Contrologia” este sportul care îți eliberează mintea de stresul zilnic întărind conexiunea dintre trup și minte, forțând mintea să ajusteze și să conștientizeze părțile corpului atât în timpul mișcării cât și în timpul activităților predominant statice.

Ce veți învăța?

Timp de **3 zile** veți avea oportunitatea de a învăța și practica Pilates **alături de instructori certificați internațional din Croația, Portugalia, S.U.A., Ungaria, Spania și România** și de a intra în contact cu cele mai noi exerciții și accesorii de Pilates furnizate de colaboratorii noștri. Evenimentul este structurat astfel încât atât iubitorii sportului, instructorii dar și kinetoterapeuții să experimenteze beneficiile Metodei Pilates la toate nivelele: de întreținere, de recuperare, de relaxare și ca stil de viață. Congresul Pilates va **conține workshop-uri pentru toate categoriile de vârstă și de sex, pentru femei însărcinate, dar și pentru persoane interesate de statica și patologia coloanei vertebrale, probleme cum ar fi scolioza, lombalgii, cifoza, posturi vicioase, cu care ne întâlnim atât în viața personală dar și în cea profesională**

.

Ce se va întâmpla în timpul și după Congres?

În timpul workshop-urilor participanților li se oferă oportunitatea de a **încerca această metodă**, de a adapta exercițiile în funcție de necesitățile clienților, **de a învăța cum se predă corect și care sunt trucurile meseriei precum managementul unei lecții de fitness în funcție de dinamica grupului și de starea de sănătate a celor implicați în participare**

.

Ce va mai fi NOU?

În același timp veți avea ocazia să descoperiți și **să achiziționați accesorii și echipamente de Pilates** care să lărgască aria de exerciții și beneficii ale acestei Metode dar și să va familiarizați cu **o noua metodă inovativă de antrenament cardiovascular, "STRIDING"**.

Rar există ocazia ca sub același cupolă să se găsească în același timp un număr de oameni specializați pe domeniu și recunoscuți la nivel internațional care să se axeze pe transmiterea mai departe a artei de întreținere corporală destinată menținerii sănătății și recuperării

medicale.

Pentru orice detaliu va rugam sa ne contactati prin email: office@tonusplus.ro sau telefonic: **+40 754.39.81.27**

Despre S.C. TONUSPLUS S.R.L.

TonusPlus înseamnă mai mult decat un simplu club de fitness, este inițiativa originală ce propune tuturor romanilor un stil de viață sănătos și armonia dintre trup și minte. TonusPlus se diferențiază prin natura serviciilor sale axate pe client. Fiecare practicant primește atenția instructorului pe tot parcursul sesiunilor, iar programul este individualizat în funcție de necesitățile clientului, neexistând problema insuficienței aparatelor de lucru. Sesiunile Pilates se fac doar cu programare, beneficiul clientului fiind multiplu: mai întâi este ajutat să conștientizeze poziția corectă a corpului, apoi să respire mai corect și în final să își tonificeze musculatura lin și armonios și să slabească.

-

Elena Gheorghita - Administrator

-

Pentru telefon si e-mail

[click aici](#)

-

[S.C. TONUSPLUS S.R.L.](#)

-

www.tonusplus.ro

-

[Contact S.C. TONUSPLUS S.R.L.](#)