

'IL METODO DI SERAFINO AMBROSIO E POLESTAR PILATES PRESENTA  
PILATES BENDER BARRE CERTIFICATION  
LEVEL 1  
MILANO IL 30 SETTEMBRE  
ROMA IL 30 SETTEMBRE 2017

**Pilates Bender Barre Basics Certification Level 1 (Programma USA)  
(sabato 30 settembre 2017 Milano e Roma)**

Partecipa all'evento di tendenza con Il Master Trainer 'Bender Barre' Serafino Ambrosio, insegnerà il più sicuro metodo attuale nell'ambito di Barre. Questo programma combina insieme Pilates, Danza, Yoga, e Barre per darti nuovi eccitanti esercizi per i tuoi allievi! Il livello 1 è centralizzato nell'importanza delle 3 C di successo Coaching, Cueing and Correction (insegnare, cueing e correggere) così da rendere l'esperienza dei tuoi allievi memorabile ed eccitante. Imparerai il perchè di ogni singolo esercizio in questo programma e come variarlo per tutti i livelli di allievi con e fuori dalla Barre.

- essenza delle posture alla Barre in piedi seduti e supini
- imparerai due workout già coreografati
- esperienze dei tre piani di movimento e come questo è correlato agli esercizi alla Barre
- Utilizzerai i piccoli attrezzi come: Gliding™ e Bender Ball™
- riceverai crediti CEC's per ACE AFAA, il manuale.

**Dove:** 'LF Pilates Studio' Via Tiepolo Segrate Milano o ASD Fitness 2000 Viale delle Milizie 40 Roma

**Orario:** sabato 30 settembre dalle ore 8.30 fino le ore 19.00

**Costo: Prenotando entro l'8 settembre SOLO €235.00+iva**

Prenotando entro il 22 settembre € 265.00+iva

**Comprende:** 8 ore di Corso, il Manuale Barre e Attestato di Partecipazione



*Prof. Serafino Ambrosio*  
*Licenziatario per l'Italia di Polestar Pilates USA. Si è laureato in Educazione Fisica e Danza alla Deakin University (Victoria College Australia). PMA -CPT e KMI Practitioner e Bender Barre master*



*Lucia Nocerino*  
*Laureata all'Accademia di danza Nazionale e Certificata con Polestar Pilates in Studio, Mat e Reformer, Insegnante di Gyrotonic e ora Bender Barre master Trainer per l'Italia.*



## MODALITA' DI PAGAMENTO E PRENOTAZIONE

E' necessario versare € 183 (€150 +22%Iva) per la prenotazione della Corso di **Certificazione Barre**; il saldo potrà effettuarsi in loco se necessità. Fará fede la data del versamento di prenotazione per stabilire la tariffa da applicare, e' necessario inviare tempestivamente la cedola d'iscrizione e il pagamento entro i termini.

**Scadenza per la registrazione:** Non si garantisce disponibilitá di posto. Si riserva la facolta' di respingere iscrizioni avvenute in esubero rispetto ai posti disponibili con rimborso, o trasferimento ad altro corso, della quota versata.

**Cancellazioni e rimborso :** La quota di prenotazione effettuata nei termini, non e' in alcun caso rimborsabile, sará possibile trasferirla ad un altro corso del Metodo, con un costo aggiuntivo di € 45, 00+iva per spese amministrative, dandone comunicazione 15 giorni prima della data d'inizio del workshop disdetto; TRASCORSO TALE TERMINE **NON SARA' PREVISTO ALCUN TIPO DI RIMBORSO O TRASFERIMENTO SU ALTRO CORSO O WORKSHOP** . I bonifici effettuati senza consultare preventivamente la disponibilita' effettiva dei posti verranno rimborsati con una trattenuta €10,00 per spese amministrative. Serafino Ambrosio (Seraficum Srl), concessionario Polestar, hanno la facoltá di cancellare convegni/workshops con rimborso totale, inoltre si riservano il diritto di cambiare luogo, date, programma qualora necessario. I costi di trasporto, pernottamento alberghiero o altri costi aggiuntivi sostenuti per partecipare ai corsi/workshops, non sono a carico ne' di Polestar ne' di "Il Metodo" di Serafino Ambrosio ne' di Seraficum srl.

\* N.B: i prezzi s'intendono tasse escluse.

**CEDOLA D'ISCRIZIONE**

**DATI PER LA FATTURA**

**Intestazione Ragione Sociale**.....

**Indirizzo** ..... **Prov** ..... **CAP**.....

**Codice fiscale**.....

**Partita Iva**.....

**DATI PERSONALI**

**Nome e Cognome**.....

**Residente a** ..... **Prov** ..... **CAP**.....

**Via**..... n. ....

**Tel** ..... / ..... **Cell**.....

**email**.....

**CHIEDE L'ISCRIZIONE AL**.....

**CHE SI TERRA' A** (citta') ..... il .....

**VERSANDO LA SOMMA DI €** ..... il ..... tramite:

**BONIFICO BANCARIO: IBAN: IT 34 Z 02008 05209 000010487248 Banca: Unicredit Banca di Roma Filiale Via Statuto - Roma Intestato a: SERAFICUM S.r.l. ,**

o  **CONTANTI:**

ho letto e compreso il regolamento d'adesione relativo all' incontro scritto sopra

**FIRMA**..... **DATA E LUOGO**.....

Compilate ed inviare via email [info@ilmetodo.it](mailto:info@ilmetodo.it)

(Polestar InfoLine; Lun. al Ven dalle 9.30 alle13.30 tel. +39 06. 824790)