

EASY WITH US



Master Pilates e mal di schiena

**Approfondimento
Pilates Matwork
2° Livello**

Forma la tua competenza
nel Pilates per il Mal di
Schiena e trasforma ogni
lezione in un percorso di
benessere per i tuoi clienti.

Anno 2025



Aerogene Fitness School è una scuola di formazione affiliata A.S.I.,
ente di promozione sportiva riconosciuta dal C.O.N.I.

Perché Aerogene

*Unisciti a una scuola
che forma veri
professionisti.*

I nostri obiettivi

Aerogene Fitness School è una realtà educativa che da oltre 10 anni forma istruttori in tutta Italia.

Scegliere Aerogene significa avere accesso a una formazione completa e riconosciuta, con diploma e tesserino tecnico conformi alla Riforma dello Sport, validi per lavorare in palestre, centri sportivi e associazioni.



Aerogene Fitness School

Chi siamo?

Aerogene nasce nel 2016.

La nostra missione è formare istruttori preparati, versatili e pronti a lavorare in palestre e centri fitness con competenze solide e aggiornate. Il nostro metodo si basa su un approccio scientifico, pratico e orientato al risultato.

Crediamo in un modello di trainer capace di comunicare in modo innovativo, costruire programmi efficaci e crescere con autonomia, rispondendo in modo concreto alle esigenze dei propri clienti.



Aiutiamo i nostri studenti a creare il loro futuro

In Aerogene crediamo che la preparazione sia tutto. I nostri corsi si basano su principi scientifici (Evidence-Based) e offrono competenze solide e aggiornate, fondamentali per diventare istruttori efficaci, consapevoli e pronti a lavorare sul campo.

Per uno studente, essere preparato è essenziale per un inserimento efficace nel mondo del lavoro come trainer nei centri fitness. I corsi di Aerogene Fitness School offrono contenuti completi e aggiornati, riconosciuti a livello nazionale tramite ASI, Ente di Promozione Sportiva accreditato dal CONI, che ci consente di erogare diplomi conformi all'ultima riforma dello sport.

Con Aerogene, lo studente resterà sempre aggiornato grazie a un contatto diretto e continuo con i docenti, oltre a ricevere regolarmente le ultime novità e aggiornamenti nel settore formativo. Questo supporto costante consente di consolidare le competenze acquisite e di crescere professionalmente, garantendo un'alta qualità nel servizio offerto ai propri clienti.

La nostra Mission



Esperienza sul campo

I nostri corsi sono progettati da professionisti con anni di esperienza pratica, per offrirti una formazione concreta, utile e spendibile subito.



Docenza professionale

Ogni lezione è tenuta da docenti qualificati e appassionati, che sanno unire metodo, chiarezza e motivazione all'insegnamento.



Flessibilità totale

Nessun vincolo di orari o calendario: accedi subito al corso On Demand e studia quando vuoi, con la massima libertà.



Strumenti innovativi

La piattaforma AE-Learn, il nostro ambiente di studio digitale ricco di videolezioni, materiali interattivi, quiz e aggiornamenti gratuiti per un anno.

Il successo arriva solo quando lo cerchi con tutto te stesso!

Nel mondo del lavoro, e in particolare nel settore del fitness, la determinazione e l'impegno nello studio sono fattori essenziali per raggiungere il successo. Formarsi in modo serio e costante è fondamentale per costruire una solida base di competenze che consentano di distinguersi come professionista. La carriera di un trainer richiede un approfondito bagaglio di conoscenze, aggiornamento continuo e dedizione, elementi che permettono di rispondere efficacemente alle esigenze dei clienti e adattarsi alle novità del settore.

L'impegno nello studio permette di acquisire sicurezza e capacità, migliorando la qualità del servizio offerto e costruendo una reputazione solida e rispettata. Solo con la determinazione e una volontà sincera di crescere si possono ottenere risultati duraturi e soddisfacenti. In Aerogene Fitness School, promuoviamo questo approccio: investire nello studio e nella formazione è il primo passo verso una carriera appagante e di successo.

Caratteristiche del corso

Durata: disponibile per 1 anno

Lezioni: on demand

Partecipazione: on demand

AE-Learn: accessibile per 1 anno

Esame: on demand

Certificazione: Aerogene

Pagamento: quota unica o in 3 rate

Sconti: per studenti e tesserati ASI

Gli sconti non sono cumulabili. In caso si rientri in più categorie, si potrà usufruire di un solo sconto tra quelli previsti.

Contenuti del master

Un programma completo in un unico livello per prepararti a migliorare le tue competenze nel Pilates

Il Master Pilates e Mal di Schiena unisce i principi del metodo Pilates alle più recenti evidenze scientifiche sulla prevenzione e gestione del dolore lombare.

Nato dall'evoluzione del Pilates come strumento di rieducazione posturale, questo percorso offre un approccio moderno e funzionale al movimento, mirato a migliorare mobilità, stabilità e controllo del rachide.

È pensato per insegnanti di Pilates, fisioterapisti, laureati e studenti in Scienze Motorie e professionisti del movimento che desiderano ampliare le proprie competenze e acquisire strumenti pratici per lavorare in modo mirato



con persone che soffrono di mal di schiena.

Il corso fornisce tutte le conoscenze necessarie per condurre lezioni sicure, efficaci e personalizzate, basate sull'anatomia funzionale e sui principi posturali del metodo Pilates. Ampio spazio è dedicato alla parte pratica, con esercizi per il rinforzo, la mobilità e la stabilità del core, oltre a protocolli di lavoro e progressioni adattabili alle diverse esigenze.

Il master ti offre anche le basi per creare nuove sequenze di esercizi in autonomia, con un approccio sempre scientifico, consapevole e orientato al benessere della persona.

**La tua passione
può diventare la
tua professione.
Inizia ora.**

Corso online ondemand

Il Master Pilates e Mal di Schiena On Demand è pensato per offrirti la massima libertà di apprendimento.

Niente weekend prestabiliti o vincoli di calendario: avrai accesso per un anno intero alla piattaforma AE-Learn, sempre disponibile 24 ore su 24, con videolezioni complete, materiali didattici digitali e contenuti extra a tua disposizione.

Potrai organizzare il tuo percorso formativo secondo i tuoi ritmi, rivedere i contenuti ogni volta che lo desideri e personalizzare lo studio in base alle tue esigenze, fino a padroneggiare i principi del Pilates applicato alla prevenzione e gestione del mal di schiena.



Acquistando il master, avrai inoltre accesso gratuito alla libreria didattica di AE-Learn, che include interi corsi di anatomia, fisiologia e biochimica, per ampliare il tuo background scientifico e consolidare le tue competenze.

Al termine della formazione potrai sostenere l'esame finale e ottenere il Diploma di completamento Aerogene, una certificazione che attesta le tue competenze specialistiche e valorizza la tua professionalità nel campo del movimento consapevole.

Con il Master Pilates e Mal di Schiena On Demand, la formazione è sempre con te: chiara, flessibile e pensata per accompagnarti passo dopo passo verso una crescita reale, personale e professionale.

Dettaglio argomenti del corso

Il Master Pilates e Mal di Schiena On Demand è pensato per offrirti la massima libertà di studio. Non ci sono weekend prestabiliti né vincoli di calendario: avrai accesso per un anno intero alla piattaforma AE-Learn, dove troverai tutte le lezioni registrate e i materiali didattici sempre disponibili.

Potrai così organizzare il tuo percorso formativo in base ai tuoi ritmi, rivedere i contenuti ogni volta che vorrai e decidere in autonomia quando completare il corso.

Solo una volta terminata la formazione, potrai sostenere l'esame finale e ottenere il Diploma di completamento Aerogene, che attesta le tue competenze e la tua specializzazione nel Pilates applicato al mal di schiena.

- Introduzione e obiettivi del corso
- Anatomia funzionale del rachide
- Le cause delle algie del rachide
- Il Core e la Power House
- Il Pilates nel dolore del rachide
- Principi fondamentali del metodo Pilates
- Esercizi consigliati e adattamenti pratici
- Conclusioni: dall'anatomia all'azione

Materiali per lo studio

Dopo l'acquisto riceverai una mail con link e codice personale per accedere ad AE-Learn, la piattaforma formativa di Aerogene.

Da quel momento avrai un anno intero di tempo per seguire tutte le lezioni on demand, organizzando lo studio in totale libertà, senza vincoli di weekend prestabiliti. Inoltre, potrai scaricare la dispensa in PDF e gestirla come preferisci, così da avere sempre a portata di mano i materiali del corso.



La parte teorica relativa ad **anatomia, fisiologia e biochimica dell'allenamento** sarà disponibile in formato video on-demand sulla piattaforma AE-Learn, permettendo allo studente di studiare in totale autonomia, secondo i propri orari e la propria disponibilità di tempo.

Informazioni Utili

*Trova tutte le
informazioni
direttamente sul
sito [Aerogene.it](https://www.aerogene.it)*



Consigli utili al corso

Il Master Pilates e Mal di Schiena On Demand approfondisce l'applicazione del metodo Pilates nella prevenzione e gestione del dolore lombare. È consigliato a chi possiede un diploma di primo livello in Pilates Matwork, ma aperto a tutti i professionisti del movimento.



Certificazione rilasciata

Il Master Pilates e Mal di Schiena On Demand è riconosciuto da Aerogene Fitness School come percorso di specializzazione nel Pilates applicato alla prevenzione e gestione del dolore lombare. Dopo l'esame finale otterrai la Certificazione di Aerogene, che attesta le competenze acquisite e la tua capacità di progettare lezioni sicure ed efficaci.



Esame finale

L'esame finale è un test online di 10 domande a risposta multipla, con una sola risposta corretta per quesito, basato sui contenuti del corso. Per superarlo servono almeno 8 risposte esatte. L'allievo può ripetere l'esame senza limiti di tentativi per tutto l'anno di accesso ad AE-Learn. Dopo tale periodo, per sostenerlo sarà necessario richiedere un accesso temporaneo tramite e-mail al nostro team.



QUOTE ISCRIZIONE

Iscriviti al corso! Per un anno intero avrai tutto il corso sempre a portata di mano, per crescere e migliorarti con i tuoi tempi.

Prezzo unico	€ 47
--------------	-------------

RATEIZZAZIONE

Iscriviti pagando in 3 comode rate senza costi aggiuntivi, selezionando il metodo Carta di credito – PayPal.

Quota rateizzata	3 rate x € 15,66
------------------	-------------------------

SCONTI

Gli sconti non sono cumulabili. In caso si rientri in più categorie, si potrà usufruire di un solo sconto tra quelli previsti.

Affiliati ASI	10 %
Studenti scienze motorie	20 %
Porta un amico	40 %

FAQ

Chi può accedere al corso on demand?

Il corso è accessibile a tutti senza requisiti particolari né titoli di studio. Tuttavia la partecipazione è consigliata ma non esclusiva a chi è già in possesso di un diploma di primo livello in Pilates Matwork, ottenuto presso Aerogene o altre scuole o enti riconosciuti.

Se sono bocciato all'esame, posso rifarlo?

L'allievo può ripetere l'esame senza limiti di tentativi per tutto l'anno di accesso alla piattaforma AE-Learn. Scaduto tale periodo, per sostenere nuovamente il test sarà necessario richiedere via e-mail un accesso temporaneo al nostro team.

La certificazione è riconosciuta dall'ultima Riforma dello Sport?

Il Master Pilates e Mal di Schiena On Demand è un percorso di secondo livello rivolto a professionisti già in possesso di un Diploma riconosciuto di primo livello in Pilates o di una Laurea in Scienze Motorie.

Pertanto, la certificazione rilasciata da Aerogene al termine del corso non sostituisce un titolo abilitante previsto dalla Riforma dello Sport, ma rappresenta una specializzazione avanzata che attesta il completamento del percorso formativo e le competenze acquisite nella prevenzione e gestione del dolore lombare tramite il metodo Pilates.



info@aerogene.it



+39 333 11 72 348

Aerogene Fitness School di Eugenio Maffei
Via Cà Rinaldini 33/B - 35136 - Padova
C.F. MFFGNE72M01L565Q | P.IVA 04923540282
eugenio.maffei@pec.it | Numero REA PD: 428905

WWW.AEROGENE.IT

