

□□□□ În perioada 26-28 octombrie, la Iași, va avea loc **Congresul Internațional de Pilates**, ediția a doua, organizat de TonusPlus.



Evenimentul, care se va desfășura la Centrul Expozițional Moldova, are atât scop educativ, pentru pasionații de sport, cât și medical, pentru profesioniștii din industriei fitnessului și din sănătate, sustine Elena Gheorghită , kinetoterapeut și instructor Pilates, vicepreședinte al Federației Române de Tir cu Arcul.

**□ Timp de trei zile, iubitorii sportului, ai vieții sănătoase, doritori de experiențe intense și unice se vor alătura celor peste 25 de instructori internaționali care doresc să împărtășească din experiența lor. Congresul este dedicat kinetoterapeuților, profesorilor de educație fizică și sport, antrenorilor din toate ramurile sportive, instructorilor de fitness, medicilor și tuturor iubitorilor de mișcare. Agenda 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 și în cea profesională. Pe scenele congresului vor fi prezente nume din lumea fitnessului din SUA, Croația, Grecia, Italia, Spania, Brazilia, Serbia, Belgia, Anglia, Germania, România, care vor împărtăși experiența și pasiunea lor pentru sport.**

**Congresul International de Pilates** este organizat pentru a doua oara de **TonusPlus Iasi**, scopul evenimentului fiind educativ, atat pentru populatia normala, cat si pentru profesionistii din cadrul industriei fitnessului si sanatatii. (medicala si intretinere corporala).

Evenimentul este structurat in parte **PRACTICA** si **expozitionala**. Timp de trei zile iubitori ai sportului, al vietii sanatoase, doritori de experiente intense si unice se vor alatura celor peste 25 de instructori internationali care doresc sa isi expuna fara restrictii toate cunostintele lor.

## Cine poate participa?

Acest congres este dedicat **kinetoterapeutilor, profesorilor de educatie fizica si sport, antrenorilor din toate ramurile sportive, instructorilor de fitness, medicilor dar si iubitorilor de miscare, oamenilor obisnuiti,** tuturor celor care vor sa ia parte la un eveniment international care aduna sub cupola aceleiasi incaperi nume importante din industria fitness-ului international.

## Ce se va întâmpla?

Evenimentul este structurat astfel încat atat iubitorii sportului, instructorii , kinetoterapeutii , profesori de educatie fizica si sport, studenti de la kinetoterapie sau educatie fizica si sport dar si de la medicina sa experimenteze beneficiile acestor metode (Pilates, Functional Training, Aerobic si Nutritie ) la toate nivelele: de intretinere, de recuperare, de relaxare și ca stil de viata. Congresul va **contine workshop-uri pentru toate categoriile de varsta si de sex, pentru femei insarcinate, dar si i pentru persoane interesate de statica s i patologia coloanei vertebrale, probleme cum ar fi scolioza, lombalgii, cifoza, posturi vicioase, cu care ne intalnim atat in via t a personala dar s i in cea profesion ala** . Nelipsite vor fi si orele de **zumba** , **gimnastica aeroba** si **antrenament functional** .

Pe scenele congresului vor fi prezenti oameni de renume din lumea fitnessului din SUA, Croatia, Grecia, Italia, Spania, Brazilia, Serbia, Belgia, Anglia, Germania, Romania, impartasind experienta si pasiunea lor cu toti cei interesati. Pe langa acestia, deja li s-au alaturat curiosi si dornici de invatat si impartasit cultura lor participantii din : Peru, Rusia, Turcia, Anglia, Bulgaria.

### **De ce ar trebui sa participi?**

Va fi un eveniment unic in Iasi, care aduna multa lume interesanta si activa sub cupolele aceleasi incaperi, un eveniment care imprastie adrenalina si endorfine, un eveniment care sa te invete cum sa iti imbunatatesti stilul de viata, cum sa ai grija de sanatatea ta si sa previi sau sa tratezi starile de boala, cum sa te simti bine si sa mananci mai sanatos. Momentele de socializare vor fi atractive si de neuitat, la fel ca toata experienta celor trei zile. Expozantii iti vor prezenta produse inovative si de calitate. Profesioniștii vor avea de adaugat noi detalii in tehnicile lor , detalii ce vor face diferenta in imbunatatirea stilului si profesionalismului lor. Programul va fi structurat in ore practice demonstrative si educative de o ora, 1,5 ore sau 2.5 ore, de dimineata pana seara, de vineri pana duminica, Concomitent in 5 sali diferite. In spatiul expozitional vor fi asemenea demonstratii specifice organizate de catre expozanti. Sambata seara va fi seara se socializare.

**Conventia** 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.

### **De ce sa alegi sa participi?**

**Kinetoterapeut sau student la facultatea de educatie fizica si sport si medicina, sau medic specialist in recuperare:**

- Dezvolti cunostinte despre cat de importanta este miscarea in recuperarea medicala, in profilaxia traumatismelor dar si profilaxie in general;

- Ai ocazia sa te initiezi in noi metode de recuperare medicala, noi metode de antrenament care sa-ti imbunatateasca calitatea profesionala si performantele sportive daca este cazul;
- Interactionezi cu oameni deosebiti, poti initia noi conexiuni, noi prieteni, noi idei care sa-ti fie folositoare in viitor;
- Ai ocazia sa practici sport la un nivel inalt de profesionalism;
- Testezi aparatura de Pilates si fitness nou introdusa pe piata Romaniei.
- Participi la seminarii educative despre nutritie

**Profesor de educatie fizica si sport sau antrenor/ instructor sportiv:**

- Intri in contact cu noi metode de predare;
- Vezi tehnici diferite, idei diferite, abordari diferite ale aceleiasi metode, care va pot inspira;
- Te ajuta sa cresti performanta sportivilor sau elevilor/studentilor prin "vinderea" unor ponturi marunte, dar care fac diferenta. (autocontrol, nutritie, refacere, dezvoltarea coordonarii, rezistentei, elasticitatii, reducerea dezechilibrelor musculare si preventia traumatismelor);
- Contribui la dezvoltarea profesionala si personala proprie dar si a celor cu care intri in contact.

**Instructor practicant in sali de fitness, aerobic, personal trainer, instructor Pilates:**

- Ai ocazia sa practici aceste metode cu unii dintre cei mai buni Instructori din lume
- Contribui la dezvoltarea profesionala si personala;
- Inveti coregrafie, noi metode de fitness cu rezultate bune, inveti cum sa ai grija de clientul tau;
- Inveti sa variezi orele de la o sesiune la alta;
- Cunosti persoane noi;
- Lucrezi cu echipament performant.

**Iubitor si practicant al sportului si promotor a unui stil de viata sanatos:**

- Vei avea parte de ore de sport minunate la un standard ridicat de profesionalism;
- Testezi aparatura fitness de noua generatie;
- Beneficiezi de discounturi considerabile la aparatura fitness.
- Te vei simti minunat intr-un cadru profesionist

- Vei primi sfaturi despre nutritie si sanatate

Rar există ocazia ca sub același cupolă să se găsească în același timp un număr de oameni specializați și recunoscuți la nivel internațional care să se axeze pe transmiterea mai departe a artei de întreținere corporală destinată menținerii sănătății și recuperării medicale. Cursurile sunt practice și locurile sunt limitate. Din aceasta cauza, trebuie să selectați orele la care vreți să participați și puteți participa doar la o singură oră din cele 5 ore simultan.

Vezi graficul cursurilor pe [www.pilates-convention.com](http://www.pilates-convention.com)

### **Tarife:**

- 1 sept -30 sept: 3 zile congres - 140 euro

- 1 oct - 26 oct: 3 zile congres - 160 euro

### **Discounturi speciale:**

- studenții la facultățile de educație fizică și sport, kinetoterapie, balneofiziokinetoterapie, medicină : reducere **25%** la prețul de listă conform perioadei de înscriere;
- studenții la orice alte facultăți și profesorii de educație fizică și sport în cadrul facultăților de sport, școlilor și liceelor, cluburilor sportive: reducere **18%** la prețul de listă conform perioadei de înscriere;
- discount de grup : la oicare **7 bilete** a trei zile achiziționate, al **8-lea este gratis**. discount-ul se aplică numai la plata integrală totală a celor 8 bilete. (la prețul de listă conform perioadei de înscriere)

· clienti TonusPlus **25%** reducere din pretul de lista la momentul respectiv. Aplica acum pe [www.pilates-convention.com](http://www.pilates-convention.com) si beneficiaza de pachetul cu cel mai bun pret !

Puteti descarca ghidul congresului de pe [www.pilates-convention.com](http://www.pilates-convention.com)

- [\*\*S.C. TONUSPLUS S.R.L.\*\*](#)

-

[www.pilates-convention.com](http://www.pilates-convention.com)

-

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