



Instructor NEWSLETTER

MARZO 2025



MARZO 2025

Queridos Instructores de Club Pilates,

¡Feliz mes del March Matness! Las estaciones están cambiando, las semillas de la primavera se están plantando, y nuestras comunidades están listas para un desafío.

Consulta con los estudios para confirmar tu participación en el Desafío del March Matness, anima a tus alumnos y mantén el rumbo mientras avanzamos en el camino hacia una nueva estación.

DO PILATES. DO LIFE.®

Departamento de Educación de Club Pilates



RECORDATORIO BRIDGE TRAINING

Clase Privada

La clase privada es una manera eficaz de acelerar rápidamente el progreso de un individuo. Es perfecto para aquellos que no están listos para el ambiente de grupo, tienen condiciones especiales, los que pueden desear variaciones más avanzadas o que requieran un observador, y los que quieren probar otros equipos de Pilates como el Cadillac o el Ladder Barrel (Barril).

Ten en cuenta que todo el mundo puede beneficiarse de una clase privada y que nunca se sabe quién puede ser un cliente potencial. No dudes en mencionar que ofreces Clases Privadas y asegúrate de enfatizar los beneficios.

Ofrecer Clases Privadas es la manera perfecta de romper el hielo cuando un miembro se acerca a ti por algo que no le satisface. Si la clase avanza demasiado rápido, tal vez la Clase Privada sea una excelente opción para aumentar su ritmo de aprendizaje. Si han avanzado más allá de los niveles que se imparten en tu estudio, la clase privada es la respuesta perfecta, ya que pueden realizar ejercicios más avanzados en un entorno individual. Del mismo modo, si tienes miembros avanzados que están acostumbrados a hacer ejercicios que normalmente no se hacen en sesiones de grupo (como el Long Spine), puedes ofrecerles Clases Privadas, donde podrás adaptar la sesión a sus habilidades. Además, aquellos con condiciones especiales pueden utilizar la Clase Privada para aprender modificaciones que sean apropiadas para sus cuerpos y clientes embarazadas que se sientan limitadas por las regulaciones de las clases grupales.

Una vez que hayas captado el interés, prográmalo para una evaluación de clase privada. El equipo de ventas también puede programar una evaluación de clase privada contigo. Recuerda, la Evaluación de Clase Privada es una herramienta de ventas para que tu puedas construir tu clientela.

Ver información adicional de Clases Privadas
[AQUÍ en la plataforma educativa](#)

CLASE DEL MES

Restore Nivel 1.5



PILATES CON LIBERACIÓN MIOFASCIAL: La clase de Restore combina ejercicios tradicionales de Pilates con el Foam Rolling y auto-liberación miofascial. Esta clase regenera el cuerpo y ayuda a aliviar las agujetas con el uso de las pelotas TriggerPoint™ MB1 y el rodillo GRID. *No recomendado para personas con osteoporosis, diabetes, hipertensión, varices o embarazo.

ESTRUCTURA DE LA CLASE: Incluye tanto la parte de calentamiento como la de fuerza y tono de la clase, trabajando con la pelota TriggerPoint™ para apoyar los músculos que se utilizaron en la clase.

NOTAS DIDÁCTICAS: Habla con los socios cuando lleguen a clase y pregúntales sobre sus actividades habituales y si tienen algún músculo adolorido o tenso. Comunícate con ellos a medida que avanza la clase y señala ciertas formas para relajarse que podrían beneficiarles. Recuérdales que beban agua durante y después de la clase.

Ver Nivel 1.5 [Ejemplo de clase en la plataforma educativa](#)

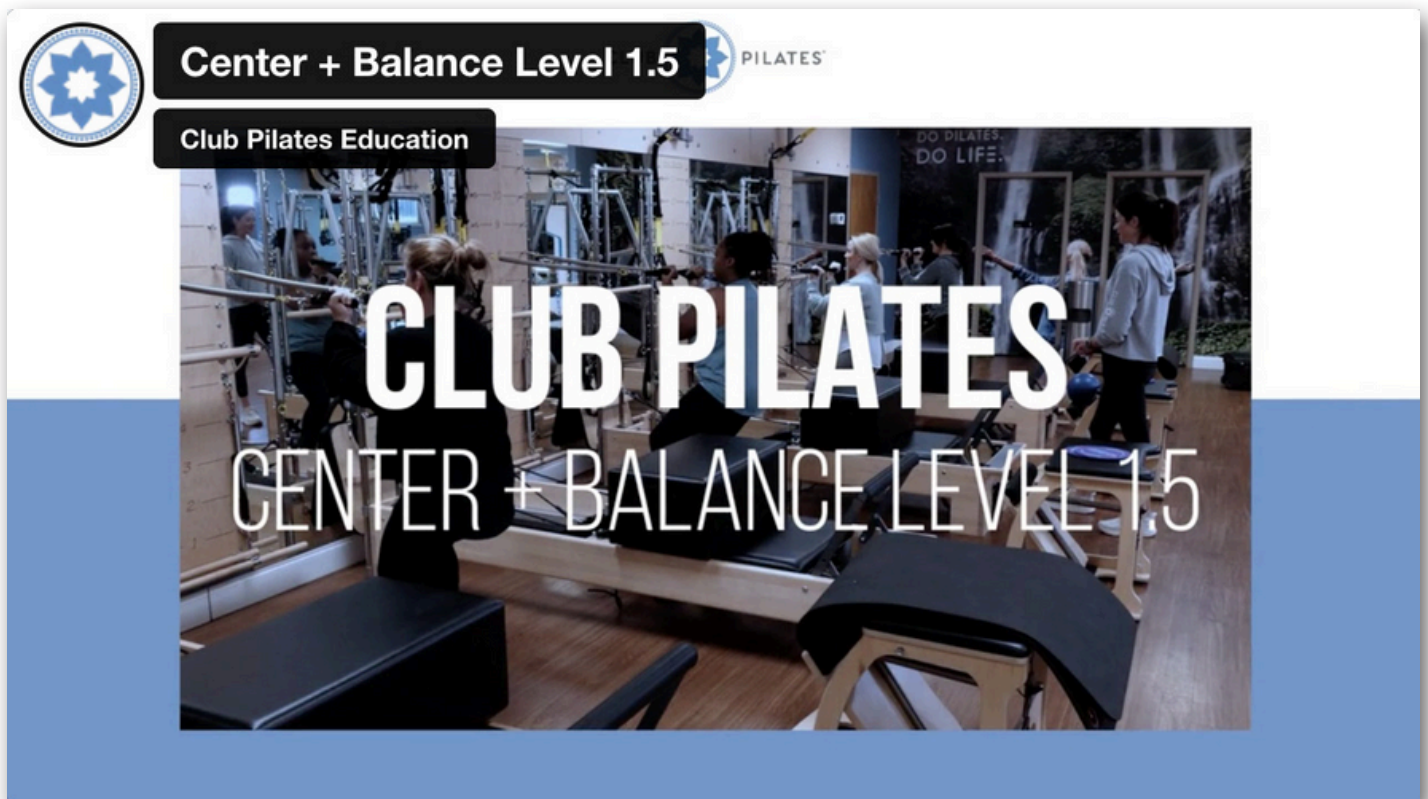
MARZO

Ejemplos de Clase de Center + Balance

Echa un vistazo al contenido para instructores en la plataforma educativa.

Los Workshops y los ejemplos de clase completos están disponibles para los instructores que hayan completado la formación del Bridge.

Los instructores pueden consultar este contenido para inspirarse y guiarse mientras enseñan en Club Pilates. Este mes se han añadido a la plataforma educativa los flujos de clase de Center + Balance.



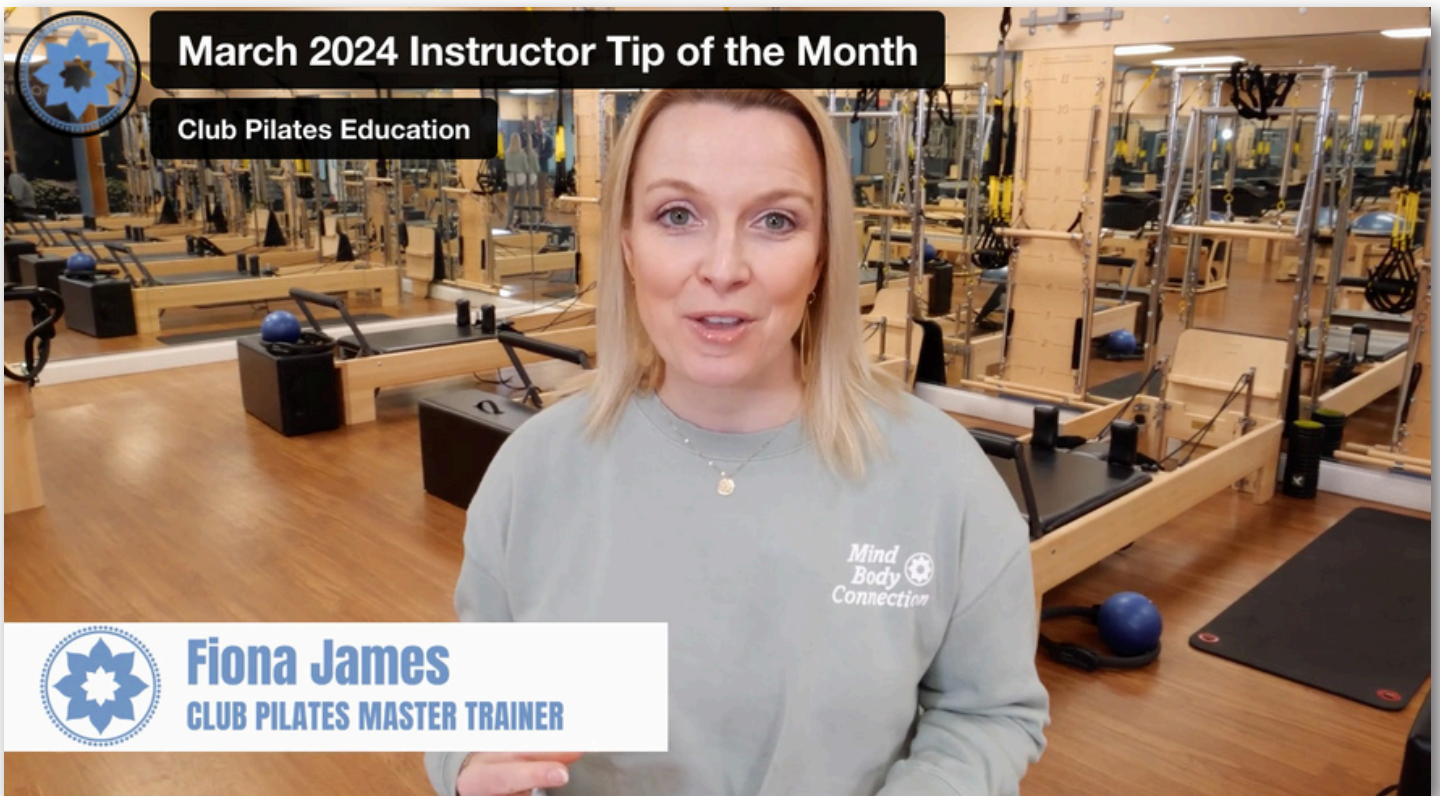
The image is a promotional thumbnail for a Pilates class. It features a circular logo on the left with a blue starburst design. To the right of the logo, the text 'Center + Balance Level 1.5' is displayed in white on a black background, followed by the 'PILATES' logo. Below this, a black box contains the text 'Club Pilates Education'. The main part of the thumbnail is a photograph of a Pilates studio with several reformer machines and people exercising. Overlaid on the photograph in large, white, bold, sans-serif font is the text 'CLUB PILATES' and 'CENTER + BALANCE LEVEL 1.5'. The bottom of the thumbnail has a blue gradient background.

Aquí accederás a los nuevos
Ejemplos de clase de Center + Balance

MARZO

Consejo del mes para Instructores

Bienvenido a nuestro "Consejo del mes", en el que los Master Trainers del coporativo ofrecen consejos y respuestas a algunas de las preguntas más frecuentes. Acompaña a Fiona James para hablar sobre lo grandioso de ser instructor y dar siempre lo mejor.





¡Feliz March Madness!



¿Quieres ver las Newsletter pasadas?

FEBRERO 2025