

# SMALL GROUP 2023

::programa de certificação em  
Pilates Clássico com Monique Amorim



**MONIQUE AMORIM**  

---

**PILATES CLÁSSICO**

**3ª GERAÇÃO DO MÉTODO ORIGINAL DE JOSEPH PILATES**

GRADUADA EM FISIOTERAPIA PELA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE BRASÍLIA

(BRASÍLIA, BRA. 2011)

M.A.T. PILATES TEACHER CERTIFICATION PROGRAM AT METROPOLITAN PILATES

BY DOROTHEE VANDEWALLE

(SEATTLE, USA. 2019)

Contato:

+55 61 9 8406 1912

[moniqueamorim@yahoo.com.br](mailto:moniqueamorim@yahoo.com.br)

[www.moniqueamorim.com.br](http://www.moniqueamorim.com.br)

# SUMÁRIO

CONHEÇA O PROGRAMA	4
PRÉ-REQUISITOS	5
SMALL GROUP 2023	6
ESTÁGIO	7
TUTORIA	8
AVALIAÇÃO	8
AULAS PERSONALIZADAS	9
RESIDENTES FORA DO DF	10
RECICLAGEM	10
SISTEMA MODULAR	11
PROGRAMA DE CERTIFICAÇÃO COMPLETO 2023	12
FICHA CADASTRAL SOLICITAÇÃO DE INGRESSO NO PROGRAMA	15

# CONHEÇA O PROGRAMA

O Small Group Pilates, **Programa de Certificação Completo em Pilates Clássico Monique Amorim**, oferece o programa de treinamento para instrutores de Pilates mais abrangente do Brasil. Prepara futuros professores para uma vida inteira ensinando o método Pilates Original. Todos os alunos do programa Small Group são formados diretamente pela professora **Monique Amorim**. Devido à reputação nacional do Small Group, nossos alunos são procurados por muitos estúdios e academias no Brasil. O talento e o compromisso da Monique Amorim com a excelência fazem do Small Group Pilates o melhor programa de treinamento de instrutores em Brasília.

O Small Group Pilates é um programa oferecido todos os anos. O programa começa com o seminário de treinamento do sistema básico e é seguido por aprendizado diário no studio. O programa consiste em três etapas: básica, intermediária e avançada.

Os seminários de treinamento são os alicerces das três etapas do programa. Durante os seminários, os alunos aprendem os exercícios, como são ensinados e as modificações para os tipos de corpos e lesões. A aprendizagem diária no studio segue cada seminário.

O programa conta também com um estágio obrigatório de 100 horas de treinamento prático por módulo, totalizando 300 horas de estágio ao final do curso. Os alunos têm a oportunidade de colocar em prática todo o aprendizado do seminário com outros alunos, observam sessões e aulas, ajudam outros professores e fazem sessões no estúdio. A agenda do estágio é definida de acordo com as datas de disponibilidade de cada aluno, durante a entrevista de Admissão no Programa.

Fazer sessões é uma parte importante do programa e é necessário um mínimo de 2 sessões por semana de aulas personalizadas com a Monique Amorim para certificação, além de aulas em grupo com outros alunos. Pode ser uma combinação de aulas particulares e semi-privadas.

# PRÉ-REQUISITOS

## **Pré-requisitos para ingressar ao Programa de Formação:**

- Ser formado ou estar cursando Educação Física e/ou Fisioterapia. Profissionais de Dança com Bacharelado e CREF também são admitidos no programa.
- Encaminhar a documentação completa com a solicitude de participação do curso preenchida.
- Ser aprovado na entrevista de admissão para o primeiro Módulo.
- Este ano também ofereceremos mentorias online e aulas de grupo online.

## **Pré-requisitos para o certificado:**

- Obter 100% de frequência nos três módulos do curso;
- Concluir 300 horas de estágio prático nas dependências do Scoop Pilates Clássico;
- Realizar 21 aulas personalizadas por módulo concluindo 63h até o final do programa;
- Participação efetiva em 27h de tutorias;
- Aprovação nas avaliações teóricas e práticas a serem realizadas no final do estágio de cada nível.

# SMALL GROUP 2023

Datas dos módulos para o Programa de Certificação Completo em Pilates Clássico Monique Amorim:

- **MÓDULO BÁSICO:**

Local: Brasília/DF, SCOOP Pilates Clássico

Data: 10, 11 e 12 de Fevereiro de 2023

Totalizando **25 horas** de curso.

- **MÓDULO INTERMEDIÁRIO:**

Local: Brasília/DF, SCOOP Pilates Clássico

Data: 15, 16, 17 e 18 de Junho de 2023

Totalizando **28 horas** de curso.

- **MÓDULO AVANÇADO:**

Local: Brasília/DF, SCOOP Pilates Clássico

Data: 28, 29, 30 de Setembro e 01 de outubro de 2023

Totalizando **28 horas** de curso.

# ESTÁGIO

O estágio é obrigatório, sendo a ferramenta mais importante do estudante, e é através dele que as dúvidas diárias serão sanadas. A duração do estágio pode variar de pessoa para pessoa, pois a maior preocupação e interesse é que o conteúdo seja absorvido de maneira integral. Existem profissionais que conseguem fazer 5 horas de estágio por dia, porém há aqueles que conseguem apenas 6h por semana.

Certamente o profissional que condensa as horas de estágio terminará o programa mais rápido e de maneira mais consolidada devido a quantidade de conteúdo absorvido no curto período de tempo.

O período total/máximo dos estágios são 9 meses, sendo 3 meses para cada módulo podendo variar de acordo com cada indivíduo. Cem (100) horas de estágio por módulo (Básico, Intermediário e Avançado) totalizando trezentas (300) horas que devem ser realizadas no Scoop Pilates Clássico, Brasília- DF.

Essas 100h de estágio por módulo poderá ser estendida se o aluno do curso não estiver preparado para as avaliações. Durante as aulas personalizadas, a professora Monique Amorim juntamente com a equipe de professores do Scoop Pilates Clássico dará os feedbacks sempre que necessário.

**Independente do número de horas de estágio (superior ou inferior à 100h por módulo), deve-se respeitar o tempo máximo de 3 meses para cada módulo.**

100h de estágio é o mínimo esperado para cada aluno, caso o aluno tenha maior disponibilidade de tempo sugerimos fazer mais horas sem custos adicionais.

**FREQUÊNCIA DO ESTÁGIO:** MÍNIMO DE 3 à 4 SEMANAS COMPLETAS POR MÓDULO sendo uma semana por mês desde que sejam realizados de 6 à 8h de estágio por dia.

**O aluno precisa finalizar o PROGRAMA COMPLETO EM PILATES CLÁSSICO no período máximo de 1 ano.**

# TUTORIA

Funciona como um sistema de plantão de dúvidas onde o aluno pode rever todo o conteúdo abordado no curso sem custos adicionais.

São oferecidos 3 tutorias com 3h cada por módulo. Total 9h por módulo.

É obrigatório a presença nas tutorias. **Caso haja falta, a mesma deve ser reposta através de aulas personalizadas para as horas perdidas com o valor de R\$160,00.**

\*Para os alunos de outros estados , a tutoria poder ser acompanhada via zoom.

# AVALIAÇÃO

Será realizada uma avaliação teórica e prática por Módulo (Básico, Intermediário e Avançado)

A **avaliação prática** consiste em 2h de prova, que podem ser realizadas no mesmo dia ou em dias diferentes: 01h (uma hora) de prova onde o aluno será avaliado aplicando uma aula individual para clientes do Scoop Pilates Clássico, e 01h (uma hora) de prova onde o aluno será avaliado aplicando uma aula em grupo para os clientes do Scoop Pilates Clássico.

As avaliações serão marcadas de acordo com a disponibilidade da agenda da professora Monique Amorim e caso o aluno esteja pronto para realizar as provas.

Os alunos que reprovarem em alguma prova ou não comparecer no local e horário indicado, poderá refazer a prova mediante pagamento de multa no valor de de **R\$200,00.**

# AULAS PERSONALIZADAS

Após a realização dos módulos é necessário/obrigatório que o aluno realize 21 aulas personalizadas por módulo para complementar o estágio e o processo de aprendizagem. As aulas personalizadas são divididas em 5 aulas privadas e 16 aulas semi-privados (grupos de 3 a 6 alunos).

O número de aulas pode variar de acordo com cada indivíduo, alguns precisarão de mais e outros com 21 aulas já estarão preparados para se apresentar para prova.

**As aulas personalizadas são cobradas SEPARADAMENTE do valor integral do programa**, visto que o número de aulas pode variar conforme a necessidade de cada aluno. É necessário que o aluno do curso agende a aula na recepção do Scoop Pilates Clássico em Brasília.

## **PREVISÃO DE CUSOS COM AULAS PRIVADAS: R\$ 2.340,00 (por módulo)**

- Custo da hora/aula personalizada é de **R\$160,00**.
- Aulas em Grupo 2x/ semana, totalizando 8 aulas mensais: mensalidade de 650,00

# RESIDENTES FORA DO DF

O curso foi montado pensando em uma construção pedagógica do Método Pilates. Por isso, cada módulo tem como pré-requisito a conclusão da etapa anterior. O instrutor precisa estar atento para cumprir todo o programa de forma eficiente.

Para os alunos que residem fora do Distrito Federal:

- A aulas obrigatórias poderão ser realizadas de forma **online**.
- **Mínimo de 4 viagens à Brasília** para participar das atividades do Programa. Cada viagem deve ter duração mínima de 2 semanas completas para cumprir o estágio, tutorias, aulas personalizadas presenciais, provas e módulos prático-teóricos.

# RECICLAGEM

A participação do **PROGRAMA DE CERTIFICAÇÃO EM PILATES CLÁSSICO** garante ainda, o direito do aluno de realizar novamente os **MÓDULOS ISOLADOS** em nível de revisão (reciclagem), de acordo com a disponibilidade de vagas, dentro das seguintes regras:

- De doze (12) à vinte e quatro (24) meses após a data do primeiro módulo (Básico): Taxa de R\$ 50% do Valor do Módulo. Participa do Workshop de acordo com o nível selecionado de forma Integral.
- Após vinte e quatro (24) meses da realização do curso: Taxa de R\$ 75% do Valor do Módulo. Participa do Workshop de acordo com o nível selecionado de forma Integral.

# CURSO DE PILATES CLÁSSICO SISTEMA MODULAR

São seminários intensivos que oferecem as técnicas minuciosas de cada exercício do Método Clássico. Neste modelo de curso, o aluno se compromete a comparecer apenas nas datas dos seminários, recebe um certificado de participação assinado por Monique Amorim e se isenta de cumprir as obrigações da Certificação Completa.

O **Sistema Modular** é oferecido todos os anos pela Monique Amorim. Todos os anos são oferecidos módulos básicos, intermediários e avançados, além de workshops para professores convidados.

## **Módulo Básico: 10, 11 e 12 de Fevereiro de 2023**

INVESTIMENTO:

- R\$ 2.500,00 para pagamentos à vista
- R\$ 2.750,00 dividido em 5x no boleto bancário sem juros
- R\$ 2.750,00 dividido em até 18x no cartão de crédito (acréscimo da operadora do cartão)

## **Módulo Intermediário: 15, 16, 17 e 18 de Junho de 2023**

INVESTIMENTO:

- R\$ 2.750,00 para pagamentos à vista
- R\$ 3.000,00 dividido em 5x no boleto bancário sem juros
- R\$ 3.000,00 dividido em até 18x no cartão de crédito (acréscimo da operadora do cartão)

## **Módulo Avançado: 28, 29, 30 de Setembro e 01 de Outubro de 2023**

INVESTIMENTO:

- R\$ 3.000,00 para pagamentos à vista
- R\$ 3.250,00 dividido em 5x no boleto bancário sem juros.
- R\$ 3.250,00 dividido em até 18x no cartão de crédito (acréscimo da operadora do cartão)

\*\*Material didático e certificado de participação incluso

**SOLICITAÇÃO DE INGRESSO NO PROGRAMA DE FORMAÇÃO COMPLETO  
EM PILATES CLÁSSICO MONIQUE AMORIM**

# CERTIFICAÇÃO COMPLETA EM PILATES CLÁSSICO MONIQUE AMORIM 2023

R\$ 9.000,00  
(NOVE MIL REAIS)

**18x**

no cartão de crédito,  
via pagseguro,  
juros do cartão

**boleto  
parcelado**

R\$ 9.000,00 em até  
12x sem juros

**desconto  
à vista**

Pagamento à vista  
R\$ 8.550,00

**O valor inclui:**

- Participação nos módulos Básico, Intermediário e Avançado
- 27h de tutorias com Monique Amorim
- Estágio supervisionado
- Provas práticas e teóricas em cada módulo
- Auto-treino no SCOOP Pilates Clássico
- Material didático exclusivo
- Certificado de 4ª geração no método Pilates Clássico por Monique Amorim

Obs.: Aulas personalizadas obrigatórias do Programa Completo são pagas **SEPARADAMENTE** no ato da marcação das aulas por boleto bancário ou transferência.

SOLICITAÇÃO DE INGRESSO NO PROGRAMA DE FORMAÇÃO COMPLETO  
EM PILATES CLÁSSICO MONIQUE AMORIM

# CERTIFICAÇÃO COMPLETA EM PILATES CLÁSSICO MONIQUE AMORIM 2023

## **Qual a diferença da Certificação Completa em Pilates Clássico e o Sistema Modular?**

O processo de certificação de professores forma professores para se tornarem 4º geração do Método Original de Joseph Pilates, assim exige uma carga horária de estágios, aprovação nos exames teórico e prático de cada módulo, bem como as tutorias e seminários. No Sistema Modular, o aluno tem uma imersão intensiva em cada módulo, recebe um certificado de participação, porém não tem a carga suficiente para se tornar um professor certificado. Os alunos podem começar pelo módulo básico para sentir como acontece os cursos e depois se decidir se desejar seguir com uma certificação ou apenas com os seminários.

## **Processo de Seleção do SMALL GROUP CERTIFICAÇÃO COMPLETA EM PILATES CLÁSSICO:**

- Realizar entrevista on-line (entrar em contato para marcação: (61) 98406-1912
- Aula Individualizada (podendo ser presencial ou on-line): R\$ 200,00

**SOLICITAÇÃO DE INGRESSO NO PROGRAMA DE FORMAÇÃO COMPLETO  
EM PILATES CLÁSSICO MONIQUE AMORIM**

## POLITICA DE CANCELAMENTO

O presente contrato poderá ser rescindido por requerimento do (a) CONTRATANTE, explicando os motivos e assumindo multa contratual referente aos descontos exclusivos do Programa de Formação Completo em Pilates Clássico Monique Amorim onde o CONTRATANTE assumirá os valores das aulas realizadas e módulos dos workshops de forma integral conforme abaixo:

Workshop:

- Básico R\$2.500,00
- Intermediário R\$2.750,00
- Avançado R\$3.000,00.
- Aulas personalizadas –R\$160,00 (hora aula).

## EMISSÃO DO CERTIFICADO

O certificado de conclusão do **Programa de Formação Completo em Pilates Clássico Monique Amorim** será confeccionado após a realização das 300 horas de estágio, 63 aulas personalizadas, participação de todas tutorias e aprovação nas avaliações dos três níveis.

## REGULAMENTO

- Para cada Módulo da Formação, haverá um Exame de Admissão (básico: entrevista; intermediário/avançado: provas dos módulos anteriores).
- O Exame poderá ser feito via Online ou ao final de cada Módulo.
- Os participantes podem eventualmente necessitar de mais de 1 Exame por módulo.
- Os Alunos são responsáveis por agendar o seus Exames, assim como as aulas Privadas e Semi-Privadas.
- Apenas será admitido no Módulo seguinte quem for aprovado no Módulo anterior.
- Os Módulos deverão ser feitos em sequência.
- A certificação completa poderá ser feita em até 2 anos.
- Para receber o Diploma de Conclusão, deverá ser aprovado no exame conclusivo com Monique Amorim.

**SOLICITAÇÃO DE INGRESSO NO PROGRAMA DE FORMAÇÃO COMPLETO  
EM PILATES CLÁSSICO MONIQUE AMORIM**



**MONIQUE AMORIM**  
PILATES CLÁSSICO

## SOLICITAÇÃO DE INGRESSO NO PROGRAMA DE FORMAÇÃO COMPLETO EM PILATES CLÁSSICO MONIQUE AMORIM

Nome completo:

Data de Nascimento:

CPF:

RG:

Formação acadêmica:

Endereço completo:

CEP:

Cidade:

Estado:

Nome para o certificado:

Tamanho de camiseta:

Telefone Residencial:

Telefone Comercial:

Celular:

E-mail:

Possui algum curso de formação em Pilates? Se sim, qual?

Como ficou sabendo do curso?

Apresenta intolerância a algum alimento (glúten, lactose, etc)?



**MONIQUE AMORIM**  

---

**PILATES CLÁSSICO**