

PILATES

WELLNESS & ENERGY

Historia y Estrategia de PW&E



Manuel Rodríguez Casanueva

“El sistema humano depende de la vitalidad del cuerpo, de la coordinación, cuerpo-mente, de un equilibrio perfecto”. Joseph H. Pilates.

J. H. Pilates fue un visionario con todas las características del hombre que sin bagaje intelectual reconocido, es capaz de desarrollar un método de conducta y comportamiento personal, que redunde en beneficio de la calidad de vida de la persona de forma hasta ahora no conocida.

La relación cuerpo-mente es esencial en su método así como la respiración, siendo aspectos a los que no se les da suficiente énfasis cuando se habla de PILATES.

“Resolver las dolencias humanas por métodos de prevención y corrección, en lugar de métodos de cura. Eso es lo que hace mi método”. J. H. Pilates.

Porque el método PILATES promueve el equilibrio músculo-esquelético, con respiración adecuada y un alineamiento de la columna. Los ejercicios combinan el control de los abdominales, facilidad de movimientos y un enfoque mental.



Margarita López Medrano

Joseph H. Pilates ha insistido siempre en que con este enfoque, se devuelve al cuerpo su verdadero equilibrio.

Tanto en lo personal como creador, junto con Margarita López Medrano, de Pilates Wellness & Energy, queremos rendir homenaje y pagar el tributo de admiración que merece, a un gran precursor de la correcta relación entre cuerpo y mente, porque si ya los clásicos insistían en que cuerpo-sano in mente- sana, J.H. Pilates inventó la fórmula para poder conseguirlo.

Quienes lo conocieron cuentan que Joseph H. Pilates, en sus últimos años, era un hombre desilusionado. Al leer el libro “TU SALUD”, puede uno darse cuenta del desdén ante la profesión médica y la gente con mente cerrada.

Es fácil entender la tragedia personal que vivieron él y su esposa Clara, quienes no pudieron vivir el desarrollo y conocimiento del método que inventaron en las proporciones que se han desarrollado hasta la actualidad.

Es por eso que queremos rendir ese tributo y por lo que Pilates Wellness & Energy, ha puesto y pondrá todo su esfuerzo y hará acopio de recursos humanos y económicos, para que alcance cada día un mayor conocimiento en los países de lengua española inicialmente y con carácter verdaderamente internacional en una segunda etapa.

FUNDACION PILATES



Desde la Fundación Pilates, creada en el año 2005, con el reconocimiento del Ministerio de Educación y Ciencia, bajo cuyo protectorado estamos registrados, queremos difundir el concepto de PREVENIR ES PORVENIR, promoviendo hábitos y conductas saludables, orientando la difusión de actitudes y formas de vida que multipliquen el bienestar personal de forma completa e integral.

Es por ello, que la Fundación difunde e impulsa el legado de Joseph H. Pilates, para que a través de su método la sociedad mejore su calidad de vida y el gasto sanitario no siga creciendo en forma desorbitada.

En un futuro próximo vamos a abordar el tema de PILATES EN LA ESCUELA, pues la Fundación, es el organismo propicio para que desde la infancia, los seres humanos adopten los principios necesarios para la corrección postural en el resto de sus vidas.

Promovemos el PILATES CLÁSICO y como proclama la Pilates Method Alliance, PMA, en sus principios, Pilates Pure & Simple, y también luchamos por neutralizar y desenmascarar fórmulas espurias de la práctica del método que consiguen desprestigiar sus virtudes, porque al practicarlo indebidamente no solo no se beneficia de sus ventajas, sino que corren riesgos de dañarse personalmente.

Pilates Wellness & Energy es un proyecto empresarial que pretende reunir en su entorno a los mejores profesionales, porque desde su fundación en 2003, estamos convencidos de que HACIENDOLO BIEN – y esto implica un gran rigor y apego a los principios de Pilates – podemos conseguir trascender en la sociedad española.

Es por ello que creamos la escuela de Pilates Wellness & Energy. A través de ella podemos establecer el rigor necesario y la completa observación de los principios de PILATES, podemos reclutar y seleccionar a los mejores profesionales para que se desarrollen con nosotros.

Es por ello que hemos tomado como elemento estratégico que la escuela son los cimientos del proyecto y que impartimos un PROGRAMA DE CERTIFICACION DE MONITOR DE PILATES, que solamente en la calidad de COMPREHENSIVE, entendiéndolo que abarca MAT y todos los APARATOS en los niveles Beginner / Básico, Intermedio y Avanzado. Incluye 100 horas lectivas, entre 400 a 600 horas prácticas, además de las tutorías que se realizan semanalmente y los exámenes Escritos y Teóricos según niveles.

Pero también estamos convencidos que la obtención de la certificación no es la meta, sino el punto de partida del desarrollo del conocimiento del método en su acepción personal, que requiere una interiorización y en la relación con los clientes que son los directos beneficiarios de que el método se imparta con el rigor y calidad necesarios.

Estamos convencidos, que la formación continua, es el elemento esencial y fundamental de la calidad del PILATES que impartimos.

Etapas

Para llegar hasta aquí no ha sido fácil.

La apuesta ha sido grande y son cuantiosos los recursos económicos implicados en la operación y mucho esfuerzo humano con compromiso, así como un cúmulo inconmensurable de horas de trabajo.

¡Hemos tenido suerte!

Si, porque hemos elegido el momento adecuado y hemos ido por el buen camino.

Con honradez y profesionalidad, fuimos reuniendo a los profesionales más interesantes que ejercían en el mercado atraídos por nuestra concepción de hacer Pilates accesible para todos. Y un sistema de retribución que les parecía interesante y diferente a lo que el mercado les ofrecía....

Nada más empezar, éramos ya los más importantes del mercado con 3 estudios abiertos, con 2.000 m² y todo ello en 3 meses, pero los profesionales impartían cada quien "SU PILATES".

Se adopto la decisión estratégica de hacer PILATES con aparatos, solamente para diferenciarnos claramente en el mercado y renunciamos a hacer PILATES suelo porque no suele impartirse adecuadamente.

Fue entonces cuando decidimos acabar de auscultar la posibilidad que el mercado internacional podía ofrecer, para crear nuestros protocolos con standards de calidad, que nos hicieran diferentes a los demás.

Estamos dispuestos a arriesgarlo todo para ser los mejores.

Después de muchas peripecias y vicisitudes en nuestra investigación, conocimos a Howard Sichel de Power Pilates, por que nos interesó su concepción de "enseñar a enseñar".



En muy pocos meses habíamos firmado un acuerdo de colaboración en Abril 2004, que implicaba la formación de nuestros profesionales destacados en Nueva York, para convertirlos en Teacher Trainers.

Tengo que enfatizar, que al provenir los fundadores de Pilates Wellness & Energy del mundo de la formación y el desarrollo de directivos de Empresa, tenemos una ventaja competitiva que Margarita López Medrano, pronto deja sentir en el mercado.

Las instalaciones de Pabellón, buque insignia, donde se imparten los programas de formación, eran excepcionales y tenían el reconocimiento de ser el mejor estudio que existía en el mundo para impartir formación de PILATES.



Establecimos 3 modalidades para el Programa de Certificación de Monitores:

Intensivo:

- 15 días seguidos

Fines de Semana:

- 5 fines de semana de viernes a domingo, aproximadamente uno cada mes.

Módulos:

- 2 etapas aprovechando siempre fines de semana y los puentes del Pilar y la Constitución.

Pronto nos dimos cuenta al ir cubriendo etapas en los programas que fuimos haciendo, IX Convocatorias a la fecha, que las diferencias culturales y la adaptación a nuestra sociedad eran la clave de nuestro desarrollo.

La estrategia implicaba hacer PILATES accesible a todos.

Las clases individuales son ideales, pero no todo el mundo tiene capacidad (económica) para sufragarlas. Por tanto nuestra enseñanza implica que hagamos PILATES CLASICO, en clases de 1, 2, 3 ó 5 personas máximo, sin perder calidad.

Hasta el 31 de Diciembre del 2006, han pasado por nuestros programas 270 personas y han obtenido su certificación Comprehensive 120 monitores, de los cuales la mayoría presta sus servicios en nuestra organización.

Nuestro propio estilo

El mercado español aceptó PILATES con la naturalidad con la que nuestra sociedad suele asumir los cambios, encontrando en PILATES algo diferente, que algunos tomaron como moda, pero que la mayoría ha asumido como algo consustancial en su calidad de vida, presente y futura.

En 2003, 2004 y parte de 2005, nos dimos cuenta que el mercado estaba ávido de PILATES y según fuimos formando profesionales de calidad, pudimos plantear el crecimiento que nos ha llevado a tener hoy 22 estudios abiertos y ser la mayor organización de PILATES en el mundo.

Por eso, hemos pedido la colaboración de integrantes de nuestro equipo humano -monitores certificados - alumnos de la escuela - para que sirvan como modelos, tanto en el manual como en los audiovisuales, demostrando así lo que son capaces de conseguir nuestros alumnos después de seguir nuestro programa de certificación de monitores.

La PMA – PILATES METHOD ALLIANCE

Preocupados por el factor moda con que gimnasios, polideportivos y algunos pequeños centros impartían PILATES, buscamos en la PMA, el mecanismo que nos permitieran identificarnos con el PILATES CLÁSICO y con sus principios, diferenciándonos de los demás.

Desde Noviembre de 2005 somos miembros de la PMA.

Fue entonces cuando iniciamos el proceso mental y empezamos a buscar las medidas y hacer acopio de recursos humanos y económicos para ser capaces de tener nuestro propio material didáctico y pedagógico, adaptarle a nuestra idiosincrasia y acorde con nuestra estrategia empresarial.

El esfuerzo ha sido grande pero ha valido la pena y nos sentimos orgullosos de haber creado el primer manual de origen español, que compite ventajosamente con los existentes en el mercado y que acrecienta nuestro prestigio y reconocimiento en el universo PILATES, donde hacemos llegar con toda la intensidad necesaria que:

NUNCA ES DEMASIADO TARDE PARA EMPEZAR A CUIDARSE, NI DEMASIADO PRONTO PARA EMPEZAR A PREVENIR.

Agradecimientos

En este relativamente corto pero muy intenso proceso de evolución de nuestro planteamiento formativo, quiero dejar patente el agradecimiento a todo el Equipo Humano que colabora con la empresa y no solamente a todos los candidatos que han pasado por nuestras aulas y especialmente a aquellos monitores que han obtenido su certificación, sino a la personas que desempeñan funciones en las diversas áreas de la empresa, sin los que no podríamos cumplir nuestros fines y de los que nos sentimos muy orgullosos de su desempeño profesional.

Agradecer a Power Pilates en las personas de **Howard Sichel, Bob Liekens, Susan y Kathy Moran**, por que nos permitieron adentrarnos en el mercado del PILATES CLÁSICO y sus enseñanzas fueron claves para que nuestros Teacher Trainers empezaran su trayectoria profesional.

Especial reconocimiento a, **Mabel Cabrera** y **Luisa Core**, quienes tienen el reconocimiento de la comunidad PILATES española de ser unos profesionales ejemplares y excelentes maestros del método.

A **Daniel Rodríguez Buenafuente**, quien ha aportado en la 2ª mitad del año 2006 su buen hacer profesional en la Gerencia de la Escuela.

Pasar de las musas al teatro, es la clave para que un manual de formación tome forma y pueda convertirse en un material gráfico y audiovisual, que plasme los contenidos precisos que junto con el entrenamiento, será el fundamento de los conocimientos necesarios para conseguir la certificación de monitores.

Alberto Silva, diseñador gráfico y hoy gran amigo ha hecho posible con su constancia y diplomacia, junto con **Alejandra Viera**, responsable del Estudio de Riazor, en Coruña, y diseñadora gráfica, que pudiéramos plasmar gráficamente los 535 ejercicios de que consta el manual en su acepción de suelo y aparatos, con la claridad excepcional que nos distingue de los demás.

Néstor Chprintzer, ha conseguido que nuestros audiovisuales ofrezcan de manera fehaciente, la calidad con que ha de practicarse PILATES.

Elena Pérez, Erika Salas y **Santiago Vega**, se han entregado con denuedo, en la práctica ejemplar de PILATES, habiendo conseguido un documento gráfico y un audiovisual relevante y fácil de seguir y utilizar.

TF Artes Gráficas, una vez más, ha aportado su buen hacer editorial en plasmar en papel y tinta las ideas y formas del manual.

Last but not least, el agradecimiento no solamente mío personal, sino de toda la organización de PILATES WELLNESS & ENERGY, a **Margarita López Medrano**, por su liderazgo y ejemplaridad en todas las facetas del desarrollo de la Escuela y de los 22 Estudios, ha hecho posible alcanzar los objetivos y ser quien es por el desempeño profesional, por su inagotable capacidad de trabajo y negociación, con todos los estamentos internos de la organización.

Manuel Rodríguez Casanueva
Noviembre, 2006