

# *Instructorado en Amplitud de Movimiento*

**EVALUÁ, MEJORÁ Y GUIÁ PROCESOS DE MOVILIDAD  
CON CONCIENCIA Y TÉCNICA**

En **Movimientos del Alma**, creemos en la formación como un camino de transformación. Desde hace más de 24 años, acompañamos a bailarines, docentes, entrenadores y profesionales del movimiento en su crecimiento técnico, humano y profesional.

Nuestro compromiso es brindar capacitaciones de calidad, actualizadas, con aval nacional e internacional, y dictadas por expertos en cada área.

En esta oportunidad, te presentamos una propuesta diseñada especialmente para quienes desean profundizar en la movilidad, la flexibilidad y el entrenamiento consciente del cuerpo.

**En MDA formamos profesionales que transforman el movimiento en salud, expresión y conocimiento.**

# ¿Qué vas a aprender?

Este instructorado está orientado a profesionales del movimiento, la salud y el fitness que desean incorporar herramientas técnicas y pedagógicas para evaluar, mejorar y acompañar procesos de expansión de la movilidad y la flexibilidad corporal.

## A lo largo del cursado vas a:

- Comprender las bases neurofisiológicas de la flexibilidad.
- Estudiar técnicas como FNP, ADM, TERM y su aplicación práctica.
- Trabajar el equilibrio, la fuerza y el control motor.
- Conocer el sistema fascial y su impacto en el movimiento.
- Aprender estrategias para el entrenamiento y elongación activa y pasiva.
- Integrar el conocimiento técnico a través de la práctica reflexiva y aplicada.

**Al finalizar, vas a poder evaluar procesos de movilidad y guiar con seguridad entrenamientos de flexibilidad desde una mirada integral, consciente y funcional.**

# *Modalidad, duración y metodología*

- **Modalidad:**

Las clases son 100% virtuales. Cada módulo se dicta en vivo un sábado al mes, de 15:00 a 18:00 hs.

**Fechas:** 24/05 – 14/06 – 12/07 – 09/08

Además, recibirás acceso al material teórico complementario y a la grabación de cada encuentro, a las que podrás acceder desde nuestra plataforma virtual.

- **Duración:**

El Instructorado en Amplitud de Movimiento tiene una duración de cuatro meses, con un módulo por mes.

- **Metodología:**

Durante cada clase se desarrollan contenidos teóricos, prácticas guiadas, análisis técnico y estrategias aplicadas al entrenamiento de la movilidad.

La propuesta incluye trabajo corporal, material audiovisual y recursos para implementar lo aprendido en tu disciplina o ámbito profesional.

En **Movimientos del Alma** creemos en un aprendizaje consciente, funcional y transformador, que te prepare no solo como practicante del movimiento, sino como guía capacitado para acompañar procesos de salud, rendimiento y bienestar desde una mirada integral.

# Programa de Estudio

## Contenidos teórico-prácticos

- **Bases neurofisiológicas de la flexibilidad**

Reflejos, inhibición muscular, respuestas fisiológicas.

- **ADM (Amplitud de movimiento)**

Flexibilidad, elongación, movilidad activa y pasiva, estiramientos plásticos y musculares.

- **FNP (Facilitación neuromuscular propioceptiva)**
- **TERM (Técnicas de estiramiento reflejo modulantes)**

Estiramientos pasivos, activos, asistidos y no asistidos.

- **Fuerza, estabilidad, equilibrio y control motor.**
- **Fascia y sistema tensegrítico**

Foam roller y masajes miofasciales.

- **Estrategias de entrenamiento de la flexibilidad y movilidad.**
- **Aplicaciones prácticas y casos reales.**

# Docente Joaquin Balmaceda

Docente especializado en movilidad, prevención de lesiones y entrenamiento físico integral.

- Instructor Nacional de Musculación
- Personal Trainer – Área de Especialización
- Antropometrista nivel 2
- Capacitaciones en Cross Training, kropp 3D, HIFT y levantamiento olímpico
- Especializado en ejercicios terapéuticos y prevención de lesiones
- Nutrición deportiva
- Coaching ontológico
- Entrenamiento de la fuerza

y potencia muscular

- Preparación física integral
- Acondicionamiento integral

para la salud, calidad de vida, prevención y rehabilitación de lesiones

- Evaluación de la composición corporal y su aplicación



Su enfoque combina técnica, conciencia corporal y efectividad aplicada, con una mirada humanista y profesional sobre el entrenamiento y la movilidad.

# *Valor y formas de pago*

**Costo:** \$160.000 ARS

**Formas de pago:**

- Se puede abonar con tarjetas de credito en cuotas
- Abonando de forma mensual 4 pagos de \$60.000 por mes

## **IMPORTANTE**

➡ Los pagos mensuales deben estar abonados antes de la clase y se debe enviar el comprobante de pago. Sin Excepcion.

# Certificaciones

Al finalizar y aprobar el instructorado, el alumno recibe:

- **Certificado de finalización del Instructorado en ADM y Flexibilidad otorgado por Movimientos del Alma.**



## 📌 Importante:

- La certificación básica es otorgada automáticamente por nuestra institución al finalizar la cursada.
- Las certificaciones nacional e internacional son opcionales y tienen un costo adicional.
- Todas las certificaciones son de carácter privado y no equivalen a un título oficial estatal universitario o terciario.

# Certificaciones

Además, de manera opcional, el alumno podrá gestionar certificaciones adicionales:

- Certificación Nacional avalada por la Cámara Argentina para la Formación Profesional y Capacitación Laboral.
  - Valor adicional: \$50.000 ARS.



Sumá valor a tu formación dentro de Argentina.

Esta certificación, avalada por la Cámara Argentina para la Formación Profesional, respalda tu Certificado, fortaleciendo tu perfil para trabajar en academias, centros culturales y espacios educativos privados de todo el país.

# Certificaciones

- Certificación Internacional emitida por el Organismo Internacional de Educación Permanente (OIEP).
- ✂️ Valor adicional: U\$D 100.



**Expandí tus oportunidades al mundo.**

**La certificación internacional, emitida por el Organismo Internacional de Educación Permanente, acredita tu formación bajo estándares educativos internacionales, ideal para quienes buscan proyectarse en academias, escuelas de danza y proyectos artísticos fuera de Argentina.**



# Sobre Movimientos del Alma

La mente maestra detrás de Movimientos del Alma es  
**María Jimena de la Fuente:**

Directora, creadora y alma inquieta, combina la técnica de la danza  
con la sabiduría emocional y espiritual.

Visionaria pedagógica, transforma la enseñanza en arte y la  
formación en misión. Fundadora de una franquicia de escuelas de  
danza y formadora de formadores, impulsa el desarrollo integral del  
ser con una energía emprendedora imparable y una sensibilidad  
artística única.

**Movimientos del Alma** es una academia de danza con más de 25  
años de trayectoria, nacida en Río Ceballos, Córdoba, Argentina.  
Nuestro propósito es acompañar a cada alumno en su desarrollo  
artístico y humano, promoviendo una formación integral que  
combina técnica, creatividad, expresión y valores como la pasión, la  
disciplina, la excelencia, el compromiso y la calidez.

Contamos con tres sedes presenciales  
**(Río Ceballos, La Calera y El Talar)**

y una **plataforma de formación online** que nos permite llegar a  
estudiantes de toda Latinoamérica y el mundo.

En **MDA** no solo formamos bailarines y profesores de danza:  
**formamos personas que se animan a expresarse, a crear y a**  
**transformar su mundo a través del movimiento.**



# Preguntas Frecuentes

## ¿Se necesita experiencia previa para inscribirme?

No. Este curso está abierto a estudiantes de todas las disciplinas de danza, con o sin formación.

Los contenidos están explicados desde la base y podés avanzar a tu propio ritmo.

## ¿Cuándo puedo comenzar la cursada?

Una vez que confirmes tu inscripción y el pago, accedés al contenido a través de la plataforma.

## ¿Cómo accedo a la plataforma virtual?

Te enviamos el link de acceso junto con tu usuario (email) y contraseña (DNI sin puntos). Desde allí podés ingresar a todo el contenido desde cualquier dispositivo y en cualquier momento:

1. Ingresá al siguiente enlace: <https://platform.mda-ifi.com/>
2. Hacé clic en "Iniciar Sesión".
3. Usá como Nombre de Usuario tu correo electrónico registrado.
4. Usá como Contraseña inicial tu número de DNI (sin puntos).

# *Formas de Pago Alumnos de Argentina*

Podés abonar tu matrícula y cuotas mensuales a través de las siguientes opciones:

## **Datos para transferencia o pago:**

- **Lemon / Mercado Pago**

Titular: María Jimena de la Fuente

CVU: 0000003100043958747564

Alias: movimi.del.alma

CUIT/CUIL: 27-28343177-6

- **Cuenta bancaria BBVA (Caja de Ahorro)**

Titular: María Jimena de la Fuente

CVU: 0170290540000035322001

Alias: JIMENADLF

CUIT/CUIL: 27-28343177-6

## **Importante: Confirmación de pago**

Una vez realizado el pago, deberás enviar el comprobante para que se habilite tu acceso a la plataforma.

**WhatsApp a: +54 9 3425 48 2846 (Sr. Eduardo – Administración)**

En caso de consultas técnicas o inconvenientes de acceso, también podés comunicarte a nuestro soporte técnico: **+54 9 3513 46 8819**