
Prevenir es Porvenir®

FUNDACIÓN
PILATES

Salud y Bienestar

FUNDACIÓN PILATES

PLAN DE ACTUACIÓN Y MEMORIA DE ACTIVIDADES 2010

FUNDACIÓN PILATES

C/ Academia, 10

28014 Madrid

MEMORIA EXPLICATIVA DE ACTIVIDADES Ejercicio 2010

1.- ACTIVIDAD DE LA FUNDACIÓN

La **Fundación Pilates** se constituyó con carácter cultural privado y de cooperación, rigiéndose por lo dispuesto en sus Estatutos, en la **Ley 50/2002 de 26 de Diciembre** de Fundaciones e incentivos fiscales a la participación privada en actividades de interés general, así como por la legislación vigente dictada en su desarrollo.

Está registrada en el **protectorado del Ministerio de Educación y Ciencia** con el número de registro 841, de conformidad con lo establecido en el Real Decreto 384 / 1996 del 1 de Marzo, por el que se aprueba el Registro de Fundaciones de Competencia Estatal. Su constitución se formalizó el **21 de Julio de 2005**, habiendo iniciado su actividad efectiva durante el ejercicio 2005. Su sede está ubicada en la calle Academia, nº 10 3º, 28014 de Madrid.

Según establece el artículo 5 de sus Estatutos, la Fundación tiene como objeto los siguientes **Fines**:

- A) **Difusión** del método **Pilates**, con el rigor que lo hizo su Fundador para evitar que proliferen utilizaciones espurias del Método.
- B) Promocionar la difusión de **hábitos saludables**.
- C) Extender en nuestra sociedad la idea de una **mejor calidad de vida**, que redunde en un **menor gasto sanitario**.
- D) Exposición y comunicación de todo aquello que ayude al **bienestar** para conseguir el **Bienser**.
- E) Poner de relevancia el **aspecto preventivo**, y no sólo el correctivo, de dolencias que pueden llegar a causar lesiones que afecten sensiblemente a la calidad de vida.
- F) Dar a conocer ejemplos de personas con un **estilo de vida saludable**, así como las últimas tendencias sobre el bienestar mediante el ejercicio y la alimentación adecuada.
- G) **Investigación y desarrollo** sobre temas alimentarios y formas de vida que coadyuvan a la calidad de vida en el inevitable envejecimiento de la población.
- H) **Asesoramiento a entidades públicas y privadas** en lo relacionado con la salud y el bienestar.

- I) **Convocatoria de Premios** dirigidos a empresas, medios de comunicación, otras entidades y personas, en reconocimiento a su contribución a estos objetivos.

La Fundación Pilates, al igual que en los años anteriores, se propone para el **2010** la **difusión del método Pilates** bajo el lema **“Prevenir es Porvenir”**, a través de una serie de **actividades y proyectos** de innovación y demostración, que permitan conocer los beneficios de la práctica de Pilates al público en general y a determinados colectivos en particular.

ACTIVIDADES A DESARROLLAR EN EL 2010 PARA LA DIFUSIÓN DEL MÉTODO PILATES:

1) PILATES DAY: Sacar Pilates a la Calle

Convocatoria anual, que se celebra desde hace ocho años en Estados Unidos, y que la Fundación Pilates ha instaurado en España **desde el 2007**.

Fue creado con la idea de hacer llegar a toda la sociedad los **beneficios** que proporciona **Pilates** a todos los ciudadanos, con independencia de su edad, sexo y condición física.

Objetivo: **“SACAR PILATES A LA CALLE”**, y ofrecer a la ciudadanía la posibilidad de experimentar personalmente la conexión cuerpo-mente, que nos va a permitir **ESTIRAR, POTENCIAR y EQUILIBRAR** el cuerpo.

En el **2010** se celebrará **la IV Edición**. Será el segundo fin de semana de **Mayo**.

2) PREMIOS SALUD Y BIENESTAR

La Fundación Pilates tuvo la iniciativa, en el año **2005**, de **premiar** a aquellas **instituciones, empresas, medios de comunicación y personas** que, bien por su trabajo, bien por su ejemplo de vida para la sociedad, **promueven hábitos de vida saludable**, para lo que creó los Premios Salud y Bienestar, con el fin de reconocer la labor que en pro de una mejor calidad de vida para todos realizan muchas personas, instituciones y medios.

En el **2010** se celebrará **la VI Edición** de estos premios.

Con estos Premios, la Fundación quiere seguir premiando a aquellos que velan, viven y trabajan por la salud y por mejorar la calidad de vida de todos.

PROYECTOS DE INNOVACIÓN Y DEMOSTRACIÓN PARA DETERMINADOS COLECTIVOS:

3) PILATES Y NIÑOS CON SÍNDROME AUTISTA

Continuación del proyecto de **5 meses de duración**, iniciado en Octubre 2008, consistente en **una clase semanal de Pilates** de una hora de duración a **dos grupos de niños**, en el Estudio Escuela Pabellón.

Al final del mismo, se realizarán una serie de **pruebas físicas** y de **análisis postural** a los participantes, para comparar con las realizadas al inicio del curso y cuyo resultado se recogerá en una memoria que desarrollaremos y que nos permitirán evaluar los resultados.

Nuestro **Objetivo** es conseguir que estos niños puedan beneficiarse, en su día a día, y tras muchos meses de práctica, de los beneficios y bondades del Método Pilates, no sólo a nivel físico, sino también mental. De esta manera, queremos también **abrir el abanico de actividades** para estos niños, que hoy en día es muy limitado, y conseguir que, además de ser beneficiosas para su salud y forma física, sean entretenidas y divertidas, y consecuentemente gratificantes para los padres.

De este proyecto se desarrollará una **memoria**, en la que se recogerán de manera individual los avances de los niños.

Fecha de inicio: Enero 2010 – Fecha prevista de finalización: Abril 2010.

4) PILATES Y PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Realización de la segunda edición del proyecto iniciado el pasado año. Durante seis semanas, **dos grupos de personas** con algún tipo de **discapacidad**, física o intelectual, recibirán clase de Pilates durante una hora.. Este proyecto se realiza a través de un **Convenio de Colaboración** con la Fundación Deporte y Desafío.

Tras el mismo, se realizará un breve **informe** resumen por participante para ver su evolución.

Fecha: Durante un cuatrimestre del 2010.

ACTIVIDADES ENCAMINADAS A MEJORAR Y VELAR POR LA CALIDAD EN LA ENSEÑANZA DE PILATES:

5) EXAMEN DE CERTIFICACIÓN POR LA PMA (Pilates Method Alliance)

Examen que revalida a los profesionales de Pilates, otorgándoles la credencial que garantice al público la calidad de las clases, la experiencia y la integridad implícita en la enseñanza de los profesores, así como la práctica adecuada del verdadero Pilates.

Segundo año en que este examen se hace en España y en español, hasta el 2008 la única posibilidad de realizar este examen para los profesionales de Pilates era en Estados Unidos y en inglés.

Durante 2010, se **celebrarán dos convocatorias** del examen de la PMA.