

CERTIFICACIÓN PROFESIONAL

# MÉTODO FELDENKRAIS

El camino hacia la  
Maestría del Movimiento:  
Conviértete en Profesor  
de Feldenkrais.



INSTITUTO  
FELDENKRAIS



# PRESENTACIÓN

## *Excelencia Profesional*

**Conviértete en un maestro acreditado en Método Feldenkrais. Una formación potente, rigurosa y creativa, reconocida internacionalmente y homologada por el Consejo Internacional de Acreditación.**

En el Método Feldenkrais, el cuerpo humano es la **herramienta esencial** para facilitar profundos procesos evolutivos. Su enfoque busca **aumentar la conciencia corporal individual mediante el movimiento y la atención plena**. Entre otras cosas, reconstruye los caminos olvidados de la percepción, del pensamiento, de las emociones y del movimiento, posibilitando que las personas lleven una vida plena según su propio potencial.

**Ahora bien, es importante que conozcas qué es el Método, su historia, su impacto en el bienestar, sus posibilidades de aplicación profesional y las oportunidades laborales que te ofrece.** También es fundamental conocer si la experiencia de aprendizaje en la que te vas a sumergir cumple con tus expectativas. ¿Cómo saberlo? Pregúntate si, además de mostrarte los múltiples beneficios del Método, te facilitan su experimentación; si los conceptos teóricos están totalmente integrados con la aplicación práctica, y si más allá de la aplicación "universal", te enseñan cómo y cuándo introducirla en tu práctica profesional.

**Esta formación contempla todos estos aspectos y más.** Por un lado, te invita a explorar el aprendizaje somático que se transmite en **sesiones de grupo ATM** (Autoconciencia a Través del Movimiento) o en **sesiones individuales de IF** (Integración Funcional) en áreas diversas como la salud, el deporte, etc. Por otro lado, te ofrece una orientación sobre cómo aplicar

estas habilidades en tu actividad y cómo generar nuevas oportunidades. **También te enseña a trabajar en aspectos de marketing esenciales para tu éxito como Profesor de Feldenkrais.**

**Un último dato fundamental que debes saber:** el [Instituto Feldenkrais](#) constituye una referencia internacional en la excelencia de la organización y enseñanza del Método Feldenkrais. Su objetivo es formar profesionales de Feldenkrais que sean capaces de enseñar ATM e IF con confianza e idoneidad, sin dejar de ser reflexivos y estar abiertos a explorar.

**La formación cumple con los requisitos internacionales de regulación de programas establecidos por la EuroTAB (European Training Accreditation Board). Esto significa que serás reconocido como Profesor certificado de Feldenkrais en todo el mundo.**







# BENEFICIOS

## *Libertad de Acción*

**Un Profesor de Feldenkrais disfruta de un amplio horizonte laboral. Puede ejercer su profesión a través de consultas privadas, clases grupales o sesiones individuales, abarcando diversos ámbitos, entornos y contextos culturales.**

## *Desarrollo Personal y Profesional*

- ⌚ Facilita profundos procesos evolutivos utilizando el movimiento como herramienta esencial.
- ⌚ Mejora tu bienestar integral, incluyendo tu flexibilidad y calidad de vida.
- ⌚ Desarrolla la capacidad de detectar diferencias en tu autopercepción, sentimientos y acciones habituales pudiendo así optar por lo más eficaz y beneficioso para ti.
- ⌚ Incluye e integra el Método en tu profesión y en tus actividades personales.
- ⌚ Experimenta el desarrollo continuo y la satisfacción que esta profesión te ofrece día a día.

## *Habilidades y Destrezas*

- ⌚ Imparte con idoneidad sesiones individuales (IF) o clases grupales (ATM) en ámbitos y sectores diversos como la salud, el bienestar, el deporte, entre otros.
- ⌚ Integra habilidades verbales y no verbales para desempeñarte en entornos y audiencias diversas.
- ⌚ Desarrolla estrategias individuales según los objetivos y las necesidades de tus pacientes o clientes.
- ⌚ Adquiere destreza y confianza para aplicar el Método en tu área de trabajo específica.
- ⌚ Aumenta la conciencia de tí mismo, mejorando así tu capacidad para encontrar soluciones a través de tus funciones sensoriales y cognitivas apoyando el aprendizaje de otros.
- ⌚ Aprende a trabajar en aspectos de marketing esenciales para tu camino hacia el éxito como Profesor de Feldenkrais.

## *Oportunidades Profesionales*

- ⌚ Explora nuevas y mejores oportunidades profesionales.
- ⌚ Amplía tu perspectiva y herramientas para evolucionar profesionalmente.
- ⌚ Consigue una certificación de reconocimiento internacional.
- ⌚ Obtén una certificación reconocida por la EuroTAB (European Training Accreditation Board).
- ⌚ Ejerce como Profesor de Feldenkrais en el lugar del mundo que desees.
- ⌚ Recibe formación de una institución de referencia internacional en la enseñanza del Método Feldenkrais.





# ESTUDIOS

## *Práctica y Profundidad*

Accede a un plan de estudios de 4 años, escalonado, integrador y enriquecedor. Participa en prácticas guiadas, charlas didácticas, debates y conferencias, además de analizar los vídeos originales del Dr. Moshé Feldenkrais.

### *Primer y segundo año*

#### *Objetivos Generales*

- ⌢ Enfatizar en la construcción de una base sólida de la Autoconciencia a través del Movimiento (ATM).
- ⌢ Entender el Método a través de la experiencia directa (no a través de conceptos teóricos).
- ⌢ Inmersión en el proceso de ATM: Exploración de las articulaciones y grupos musculares del cuerpo. Recreación el proceso de aprendizaje orgánico de la infancia.
- ⌢ Experimentar las lecciones de ATM e IF (Integración Funcional) de forma tal que el alumno desarrolle la capacidad de detectar diferencias en su auto-percepción, sentimientos y acciones.
- ⌢ Descubrir posibilidades de cambio y crecimiento como individuos y como parte del grupo.
- ⌢ Observación, discusión y análisis de las estructuras de ATM, y la lógica de las progresiones de los ejercicios específicos.
- ⌢ Prácticas supervisadas, con el apoyo constante de los formadores.

#### *Claves de Desarrollo*

- ⌢ Habilidades verbales y no verbales para la enseñanza de ATM.
- ⌢ La conciencia y la mejora de la “auto-organización” del Profesor de Feldenkrais al trabajar en el suelo o en camilla.
- ⌢ El propio tacto para utilizarlo de una manera que sensibiliza tanto al alumno como al futuro profesional.
- ⌢ Comenzar a cultivar las habilidades necesarias para la Integración Funcional: Observación, percepción y el tacto con un esqueleto y compañeros de la formación.





# ESTUDIOS

## *Primer y segundo año*

### *Algunas de las lecciones de ATM (Autoconciencia a través del Movimiento)*

- ⌚ Los primeros movimientos de la vida (la serie de succión y movimientos oculares).
- ⌚ La utilización de los flexores, y luego los extensores.
- ⌚ El uso de los ojos para orientarse y dirigir el movimiento.
- ⌚ Transición entre las diferentes posiciones.
- ⌚ La importancia del control de la cabeza y el cuello para la facilidad del movimiento y el tono del cuerpo.
- ⌚ Reflejos tónicos de los ojos, cabeza y cuello.
- ⌚ Conexión de la cabeza y los ojos para un movimiento rápido y suave.
- ⌚ Movimientos tempranos. Los primeros movimientos, el uso de restricciones para mover diferentes partes de uno mismo.
- ⌚ La diferenciación como base del aprendizaje.
- ⌚ La pelvis como centro de poder del cuerpo.
- ⌚ Integración de los brazos con el centro del cuerpo.
- ⌚ Movilidad de cabeza y cuello.

- ⌚ Conexión de la cabeza y la pelvis y su uso en patrones de desarrollo y en movimientos amplios.
- ⌚ Sonido y voz.
- ⌚ Integración de brazos y piernas.
- ⌚ Movilidad de las articulaciones de la cadera.
- ⌚ Integración de la movilidad y el control de los brazos en movimientos mayores, que incluyen todo el cuerpo.

### **¡¡IMPORTANTE!!**

Al finalizar el segundo año, los alumnos obtendrán la autorización para impartir clases grupales de ATM (Autoconciencia a través del Movimiento), siempre y cuando continúen con el plan de estudios completo.





# ESTUDIOS

## *Tercer y cuarto año*

### *Objetivos Generales*

- ② Desarrollar la forma de pensar y las habilidades necesarias para la IF (Integración Funcional).
- ② Explorar la relación entre IF y ATM y sus dinámicas, para aprender habilidades como:
  - La capacidad de pensar de manera funcional.
  - Presentar temas tanto en ATM como en IF.
  - Construir una lección de IF.
  - Apoyar los procesos individuales de aprendizaje de los clientes.
  - Desarrollar de forma continua las habilidades de toque para convertirse en profesionales.
- ② Incorporar lo que constituye una lección completa de IF:
  - Cómo entrevistar y comenzar una lección.
  - Cómo realizar y finalizar la lección.
  - Cómo dirigir una función en otra posición en la camilla.
  - Cómo empezar a pensar en una serie de lecciones.

### *Claves de Desarrollo*

- ② Aprender a dar una amplia gama de clases y a explorar diferentes funciones en todas las posiciones posibles: En camilla, en silla, con rodillos, en la posición de pie.
- ② La familiaridad y confianza para dar clases de ATM a través de clases con voluntarios y con la retroalimentación de los formadores.
- ② Crear secuencias de movimiento en IF y sentir qué información adicional es necesaria para que una función esté integrada.
- ② Prácticas y Observación: Los alumnos reciben un mínimo de 12 lecciones IF. Invitación a observar en detalle diversas demostraciones de IF impartidas por sus formadores.
- ② Estudio de grabaciones del Dr. Feldenkrais impartiendo lecciones de IF, complementadas con lecciones adicionales de demostración.







# ESTUDIOS

## Tercer y cuarto año

### *Algunas de las lecciones de IF (Integración Funcional)*

- ⊗ Explorar la relación de ATM con las lecciones de IF.
- ⊗ Distribución proporcional del esfuerzo.
- ⊗ El valor potencial de comenzar una IF desde el centro del cuerpo.
- ⊗ Trabajar en un solo lado.
- ⊗ Buscar opciones vs. “correcto” o “incorrecto”.
- ⊗ Uso del “falso suelo” en los pies para reorganizar los pies y en contacto con el suelo.

Antes de la graduación, cada estudiante debe completar con éxito una práctica de IF supervisada.

## La formación en 5 pilares clave



# MODALIDAD

## *Orientación Individual*

El programa está diseñado para apoyar a cada participante en su proceso de aprendizaje. En todos los casos, los estudiantes reciben apoyo a través de una estrecha interacción con sus docentes.



### **PRESENCIAL**

*Barcelona  
Madrid  
Lisboa  
Estocolmo*



**4 AÑOS,  
800 HORAS**

*40 días al año de  
5 horas lectivas c/u.*

### *Incluye*

- ⌚ 12 sesiones personalizadas de IF (Integración Funcional) para profundizar y adaptarse a las necesidades específicas del cursante.
- ⌚ Grabaciones de audio con todo el contenido de los módulos de formación.
- ⌚ Posibilidad de acceso a grabaciones de video de los contenidos relacionados con IF (Integración Funcional).
- ⌚ Grupos de estudio dirigidos y encuentros online programados entre los módulos de formación para que los alumnos consoliden su aprendizaje (participación no obligatoria).

### *Sobre la Certificación Profesional*

- ⌚ Completado con éxito el segundo año de formación y la práctica de ATM, los alumnos reciben un certificado como profesor en formación y la autorización para impartir clases de ATM, supeditada a la continuidad en el programa formativo.
- ⌚ La graduación completa y el Certificado Profesional como Profesor de Feldenkrais, que permite impartir tanto las clases grupales como las individuales, requiere la finalización con éxito de los cuatro años lectivos.



INSTITUTO  
FELDENKRAIS





# DIRECCIÓN

## *Instituto Feldenkrais*

**El IF constituye una referencia internacional en la excelencia de la organización y enseñanza de cursos y formaciones del Método Feldenkrais.**



**Patricio Simon**  
**FUNDADOR Y DIRECTOR DEL**  
**INSTITUTO FELDENKRAIS**

- Profesor de Feldenkrais.
- Neuropsicólogo.
- Profesor del Sistema del Sueño Sounder.

Ha enseñado a cientos de personas a utilizar el sistema del Sueño Sounder para mejorar la calidad de su sueño y superar el insomnio.

Actualmente vive entre Madrid y Hamburgo, y viaja regularmente a los programas de formación de Barcelona, Lisboa y Estocolmo.



**Paul Newton**  
**DIRECTOR PEDAGÓGICO DEL**  
**INSTITUTO FELDENKRAIS**

- Uno de los formadores de Feldenkrais más reconocidos mundialmente.
- Formador de Seminarios de Posgrado.

Como formador, destaca por su estilo de enseñanza personal, muy abierto y claro. Es reconocido por su disponibilidad para atender y apoyar a alumnos y participantes a lo largo de su proceso de aprendizaje.

Paul es el director pedagógico de las formaciones profesionales de Feldenkrais en Madrid, Lisboa y Estocolmo.



**Mara Fusero**  
**DIRECTORA PEDAGÓGICA DEL**  
**INSTITUTO FELDENKRAIS**

- Formadora de Seminarios de Posgrado.

Miembro fundador de la AIIMF (Asociación Italiana de Profesores del Método Feldenkrais) y directora científica del centro de Feldenkrais® ASCD. Imparte cursos del Método Feldenkrais para fisioterapeutas, reconocidos por el Ministerio de Salud con créditos ECM.

Paralelamente, mantiene su práctica privada con el Método Feldenkrais impartiendo clases de Autoconciencia a Través del Movimiento (ATM) y sesiones individuales de Integración Funcional (IF).





# FAQs

## Preguntas frecuentes

### 1 Formación Feldenkrais, ¿para crecimiento personal o enseñanza?

*Ambas son válidas y compatibles, ya sea para desarrollar una nueva profesión o vivir una experiencia personal transformadora.*

### 2 ¿Necesito experiencia terapéutica para acceder al programa?

*No es un obstáculo. El plan de estudios está diseñado para que adquieras los conocimientos necesarios independientemente de tu experiencia previa.*

### 3 ¿Puedo acceder al programa si tengo problemas de salud o de movilidad?

*No son un impedimento. La práctica ofrece beneficios para todos. Puedes consultar tu caso particular.*

### 4 ¿Es posible acceder a una formación 100% online?

*No. Se requiere asistencia presencial, aunque se han integrado sesiones grupales online.*

### 5 ¿Podría incorporarme a un programa ya iniciado?

*Sí, durante el primer año, recuperando los días perdidos posteriormente.*

### 6 ¿Cuál es la capacidad máxima de los cursos?

*Entre 25 y 45 alumnos, manteniendo una proporción adecuada de formadores por alumno.*

### 7 ¿Es posible recuperar clases perdidas?

*Sí, en otro de nuestros programas.*

### 8 ¿Cómo es el proceso de evaluación?

*Incluye aspectos prácticos. Al finalizar el segundo año, se evalúa las capacidades para la práctica de ATM, y al finalizar el cuarto, las competencias para la práctica de IF.*

### 9 ¿Cómo está conformado el equipo docente?

*Por formadores de reconocimiento internacional, invitados de distintas partes del mundo y mentores profesionales de Feldenkrais.*





### *Feldenkrais sin fronteras*

**Desempeña tu práctica profesional donde quieras. Sé reconocido como Profesor de Feldenkrais en cualquier parte del mundo.**

#### *Conoce la belleza del Método*

Como el artista moldea la arcilla, Paul Newton entra en un diálogo profundo con su estudiante a través de sus manos en una IF. La belleza y originalidad del Método Feldenkrais reside en su capacidad de comunicar con nuestro sistema nervioso.

“

*El movimiento es vida. La vida es un proceso. Mejorar la calidad del proceso es mejorar la calidad de la vida misma”.*

**Moshé Feldenkrais**



INSTITUTO  
FELDENKRAIS



CERTIFICACIÓN PROFESIONAL

# MÉTODO FELDENKRAIS

El camino hacia la  
Maestría del Movimiento:  
Conviértete en Profesor  
de Feldenkrais.



INSTITUTO  
FELDENKRAIS

Barcelona · Madrid · Lisboa · Estocolmo

*Más información y admisiones*

+34 633 677 875

✉ [info@institutofeldenkrais.com](mailto:info@institutofeldenkrais.com)

🌐 [www.institutofeldenkrais.com](http://www.institutofeldenkrais.com)