

¿QUIEN IMPARTE EL CURSO?

Mi nombre es Adriana Albelo Afonso y hablar del cuerpo es hablar de mi vida. Desde hace más de 20 años, he dedicado mi camino profesional y personal a comprender cómo nos movemos, cómo nos sostenemos y cómo el movimiento puede transformarnos.

Cada formación, cada experiencia y cada encuentro han sido una oportunidad para integrar distintas miradas en un mismo propósito: acompañar a otros a redescubrir su cuerpo desde la conciencia, la fuerza y el equilibrio.



- Diplomada en Fisioterapia- Universidad La Laguna.
- Experto en Fisioterapia Manual Avanzada- Universidad Complutense de Madrid.
- Post- grado en Movimiento y Ejercicio Terapéutico. Reeducortex (Madrid).
- Diplomada en Bioneuroemoción. Universidad Iberoamericana de Torreón (México).
- Técnico superior en animación y actividades físico- deportivas. (IES La Candelaria).
- Fundadora del sistema de Movimiento Preventivo y Terapéutico HumanMove!(Tenerife)

Formación complementaria en Pilates:

- 2005 – Escuela Power Pilates.
- 2006 – Escuela Fit Pilates.
- 2008 – Escuela Universal Pilates.
- 2010 – Escuela Universitaria Kotinos Pilates.
- 2011 – 2021 Directora la Escuela de Formación en Pilates Rehabilitador “Original Health Center”, S/C de Tenerife.

Docencia y experiencia profesional

- Curso “El Método Pilates en escoliosis y colegios”, CEP Tenerife (30 h).
- “Iniciación al Método Pilates”, Ayuntamiento de Telde, Gran Canaria (25 h).
- “Aplicación del Método Pilates en los talleres de espalda en atención primaria”, Centro de Salud Conil de la Frontera, Cádiz (35 h).
- “Rearmonización postural del raquis cervical a través del Método Pilates”, Universidad de La Laguna (4 h).
- Curso “Método Pilates Rehabilitador – Original Health Center”, Santa Cruz de Tenerife – 11 años de docencia (25 ediciones).
- Curso de Movimiento Preventivo y Terapéutico HumanMove!, actualmente en desarrollo (2 ediciones).