

[Nombre Completo]

## CONTACTO

- Dirección: [Ciudad, Código Postal]
- Teléfono: [+XX XXX XXX XXX]
- Correo electrónico: [correo@example.com]

## PERFIL PROFESIONAL

Monitor de Pilates altamente capacitado y entusiasta, dedicado a guiar a los clientes hacia una mejor salud y bienestar a través del método Pilates. Con más de 4 años de experiencia en la enseñanza de clases grupales y entrenamientos individuales. Conocimientos sólidos en anatomía y técnicas de Pilates para adaptar ejercicios según las necesidades y objetivos de cada persona. Motivado/a para inspirar a otros a mejorar su fuerza, flexibilidad y postura.

## EXPERIENCIA LABORAL

Monitor de Pilates – Estudio Pilates Bienestar, Ciudad, País (Julio 2018 – Presente)

- Planificar y llevar a cabo clases de Pilates grupales y personalizadas para personas de todas las edades y niveles de condición física.
- Proporcionar retroalimentación y correcciones técnicas para asegurar una ejecución adecuada de los ejercicios y prevenir lesiones.
- Adaptar las sesiones de entrenamiento a las necesidades específicas de cada cliente, incluyendo aquellos con lesiones o condiciones particulares.
- Motivar y alentar a los participantes para que alcancen sus metas de bienestar y forma física.

Asistente de Monitor de Pilates – Centro Deportivo Salud Activa, Ciudad, País (Febrero 2016 – Junio 2018)

- Ayudar al monitor principal durante las sesiones de Pilates, asegurando que los equipos y materiales estén preparados y en buenas condiciones.
- Brindar asistencia a los clientes con ejercicios y proporcionar explicaciones claras sobre las técnicas de Pilates.
- Realizar demostraciones de los movimientos y ejercicios para facilitar la comprensión de los participantes.

## EDUCACIÓN

- Certificación en Pilates – Instituto de Formación Deportiva, Ciudad, País (Septiembre 2015)

- Licenciatura en Ciencias del Deporte – Universidad del Deporte Destacada, Ciudad, País (Septiembre 2011 – Junio 2015)

## HABILIDADES

- Amplio conocimiento de los principios y técnicas de Pilates.
- Capacidad para adaptar ejercicios a diferentes niveles de condición física y necesidades individuales.
- Excelentes habilidades de comunicación y empatía.
- Enfoque en la seguridad y prevención de lesiones.
- Motivado/a y entusiasta para inspirar a los clientes en su camino hacia un mayor bienestar.

## IDIOMAS

- Español (nativo)
- Inglés (avanzado)

## REFERENCIAS

Disponibles a petición.

**Nota:** Todos los datos aquí indicados son inventados. Cualquier parecido con la realidad es casualidad. Este ejemplo solo es orientativo. Puedes [descargar plantillas de cv gratis aquí](#).