

- INTRODUZIONE DELL'AZIONE DIRETTE E INDIRETTA DELL'ADDOME
- **AZIONE INDIRETTA DELL'ADDOME A SOSTEGNO DEI BARICENTRI TECNICI 2 E 3**
- IL SISTEMA CIRCOLARE
- **IL LATO: RIGIDO, MENO STABILIZZATO, CARICO, IN DIFFICOLTA', ARTO CARICO: TEST E CONCLUSIONI**

II GIORNATA (9-13 e 14-18)

MATTINA:Back School

- EDP (Esame della Postura) e VFR (Valutazione Funzionale del Rachide): teoria
- BINOMIO: USO CORRETTO E POCCHI ESERCIZI MIRATI;
- BACK SCHOOL INDIVIDUALE E IN GRUPPO;
- SCALA NRS DEL DOLORE CON TEST CHINESIOLOGICI;
- **TERAPIA FISICA VASCOLARE BEMER: teoria e pratica;**
- **SPINAL BACK RACK esercizi sul BackRack: teoria e pratica;**
- **SPINE FLOW PILLOW CV4: teoria e pratica;**

POMERIGGIO:Postura e Sport

- **L'ANAMNESI E LE PROVE DI MOBILITÀ ARTICOLARI: LA VALUTAZIONE POSTURALE:** teoria e pratica.
- TEST FINALE E COMPILAZIONE DELLA SCHEDA DI GRADIMENTO DEL CORSO.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE:

320,00 € + IVA

290,00 € + IVA per gli affiliati della Back School e gli studenti universitari

SEDI DEL CORSO:

Via Mortella, 6 Cusano Milanino (MI) presso la “Milanino Back School”

Via Alberto Savinio, 26 F, 43123 Parma PR presso “Postura e Sport”

DATE DEL CORSO: 6 e 7 ottobre 2018 a Parma; 26 e 27 Gennaio 2019 a Cusano Milanino

DOCENTE DEL CORSO:

Vincenzo Canali: Insegnante di Educazione Fisica e collaboratore Istituto di Scienza dello Sport CONI Roma Docente UNIPR

Emanuele Toso: Laurea Specialistica in Scienze Motorie, Massoterapista e studente di Osteopatia

MATERIALE DIDATTICO:

La quota di partecipazione comprende:

- Dispensa con sintesi delle diverse lezioni teoriche tenute durante il corso; descrizione degli attrezzi utilizzati;
- Attestato di partecipazione.

ABBIGLIAMENTO:

Essendo un corso pratico sono indispensabili la tuta, i calzettoni e le scarpe da ginnastica pulite.

NUMERO PARTECIPANTI:

Si tratta di un corso pratico, perciò sono ammessi solo 20 partecipanti. Una volta raggiunto tale numero, le iscrizioni saranno chiuse.

Per stabilire la precedenza nella attribuzione dei posti disponibili farà fede la data riportata sul modulo di iscrizione al corso.

MODALITA' D'ISCRIZIONE:

Per informazioni più dettagliate telefonare alla segreteria della Back School n. 02/6196588, da lunedì a venerdì dalle ore 9 alle 12,30 e dalle ore 16 alle 20.

Per iscriversi al corso inviare un acconto di €100,00.

N.B.:

- Il corso è rivolto a diplomati ISEF, laureati in scienze motorie, fisioterapisti, massofisioterapisti, medici fisiatristi e terapisti occupazionali. Ognuno potrà utilizzare gli insegnamenti appresi durante il corso nel rispetto delle proprie competenze.
- Si informa che durante i corsi non è consentito effettuare riprese con la telecamera.