



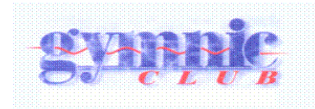
A.S.D. GYMNIC CLUB NUOTO

Via delle tagliate, 61 S.Donato Lucca

Tel 0583/584800

P.Iva 01155840463 C.F. 80005810462

www.piscinagymnic.it Email: info@piscinagymnic.it



PROGETTO POSTUROLOGIA STAGIONE 2019

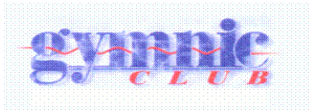
“POSTURA-LIFE: DALLE BASI DELLA POSTUROLOGIA AI PRINCIPI DI TRATTAMENTO”

Percorso di formazione articolato in n.4 incontri teorico–pratici con frequenza mensile, da marzo a maggio/giugno 2019.

La posturologia è la branca della medicina alternativa che studia i rapporti tra la postura del corpo e determinate patologie algiche che, secondo i sostenitori di tale pratica, deriverebbero da un errato assetto posturale.

DESTINATARI

- Istruttori di fitness
- Studenti e laureati in Scienze Motorie e Sportive;
 - Tecnici sportivi;
- Sportivi amatoriali, praticanti e non, a prescindere dalla preparazione culturale, la professione e la provenienza (atleti propaganda–nuoto/sincro ospiti per le dimostrazioni a scelta dell’allenatrice/docente).



A.S.D. GYMNIC CLUB NUOTO

Via delle tagliate, 61 S.Donato Lucca

Tel 0583/584800

P.Iva 01155840463 C.F. 80005810462

www.piscinagymnic.it Email: info@piscinagymnic.it



STRUTTURA DEL PERCORSO

Durata: 4 incontri a cadenza mensile (sabato)

Teoria/pratica: 4 ore

Apertura del percorso: MARZO

Chiusura del percorso: MAGGIO/GIUGNO

ATTESTATI

Se richiesto, a chi completerà l'intero percorso, verrà rilasciato attestato di partecipazione riconosciuto dal Coni.

PROGRAMMA INCONTRI

23/03/2019

TEORIA: BASI DELLA SCIENZA POSTUROLOGICA E RECETTORI POSTURALI

PRATICA: TEST POSTURALI FUNZIONALI.

13/04/2019:

TEORIA: POSTUROLOGIA PSICOSOMATICA, EFFETTI DEGLI STATI ANSIOSO-DEPRESSIVI SUL SISTEMA TONICO POSTURALE

PRATICA: GINNASTICA RESPIRATORIA PER LA MOBILIZZAZIONE DEL DIAFRAMMA.



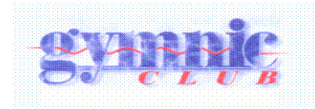
A.S.D. GYMNIC CLUB NUOTO

Via delle tagliate, 61 S.Donato Lucca

Tel 0583/584800

P.Iva 01155840463 C.F. 80005810462

www.piscinagymnic.it Email: info@piscinagymnic.it



25/05/2019:

TEORIA: CICATRICI E POSTURA.

PRATICA: TEST E PROVA PRATICA SU PEDANA STABILOMETRICA

15/06/2019:

TEORIA: ANALISI POSTURALE E PRINCIPI DI TRATTAMENTO: IL METODO MEZIERES PER LA RIPROGRAMMAZIONE POSTURALE GLOBALE.

PRATICA: BASI TECNICHE METODO MEZIERES

COSTI E MODALITA' DI ISCRIZIONE

SINGOLO INCONTRO:

3 ORE TEORIA SENZA ATTESTATO € 35

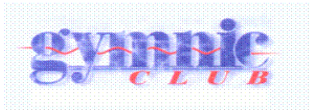
3 ORE TEORIA CON ATTESTATO € 40

3 ORE TEORIA + 1 ORA PRATICA SENZA ATTESTATO € 45

3 ORE TEORIA + 1 ORA PRATICA CON ATTESTATO € 50

SCONTO 10% SOCI GYMNIC

SCONTO 15% SU PAGAMENTO INTERO PACCHETTO DI 4 INCONTRI (soci e non soci)



A.S.D. GYMNIC CLUB NUOTO

Via delle tagliate, 61 S.Donato Lucca

Tel 0583/584800

P.Iva 01155840463 C.F. 80005810462

www.piscinagymnic.it Email: info@piscinagymnic.it



Prenotazione obbligatoria con pagamento entro 15 giorni dalla data dell'incontro direttamente presso la piscina gymnic al referente Gessica, possibilità di fare bonifico.

DOCENTE

Dott. Bartolomeo Fasano

Posturologo - Mezierista / Chinesiologo

Membro Ass. PE(Associazione Posturologi Europei)

- Diploma Metodo Mezieres Plus
- Master in Posturologia e Biomeccanica
- Laurea in Scienze Motorie, Sportive e della Salute;
- Specialista in Esercizio Correttivo

GLI INCONTRI SI TERRANNO SOLO AL RAGGIUNGIMENTO DI UN NUMERO MINIMO DI 15 PERSONE.

IL PROGRAMMA DEGLI INCONTRI POTREBBE SUBIRE VARIAZIONI.

PER INFO E PRENOTAZIONI contattare GESSICA 338 4522965
PISCINA GYMNIC CLUB VIA DELLE TAGLIATE, 65 – S. DONATO
LUCCA