

ALLENAMENTO POSTURALE GLOBALE

UN ARGOMENTO MODERNO E NECESSARIO

ORARI: 9.30-18.30

DURATA EFFETTIVA DELLE LEZIONI: 7h30m

Presentazione

Il settore della posturologia rappresenta un canale lavorativo in forte crescita per l'esperto in scienze motorie. Molti eventi pseudo-patologici sono di fatto riconducibili a vizi o alterazioni posturali dovuti essenzialmente a posizioni o atteggiamenti cronici assunti erroneamente durante la vita quotidiana. Conoscere approfonditamente le metodologie di allenamento posturale globale è indispensabile per la professionalità delle scienze motorie. ELAV propone una giornata di corso con ampio spazio pratico, con metodologie applicative innovative ed inedite quali ad esempio le vibrazioni meccaniche, per un altissimo livello dei contenuti trattati. Si alterneranno docenti di tutto riguardo per una tematica di grande interesse attuale.

Aspettative culturali e professionali

Verranno acquisite informazioni e competenze per valutare approfonditamente come costruire un allenamento con tipologie di intervento globale a seconda della fisiologia del soggetto preso in esame.

Programma

TEORIA: l'approccio globale e la risoluzione degli squilibri muscolari (protocolli per catene cinetiche estese, gli schemi crociati, gli schemi spirali-diagonali, l'allenamento funzionale applicato alla postura, il "core", le vibrazioni meccaniche nella postura globale), tecniche di allungamento globale, la respirazione posturale, training propriocettivo, asimmetrie, disequilibri latero-laterali. **PRATICA:** elaborazione ed applicazione di protocolli su casi specifici.
IL PROGRAMMA POTREBBE SUBIRE PICCOLE VARIAZIONI.

Docenti

[Docenti ELAV.](#)

Rivolto a

Studenti o laureati in scienze motorie e per gli allenatori ed istruttori dei settori del fitness e dello sport. Gli argomenti verranno trattati solo ad un livello specialistico e per questo motivo, consigliamo a tutti gli interessati di disporre di un sufficiente bagaglio culturale di base al fine di evitare incomprensioni nelle tematiche trattate.

Cosa rilascia

Attestato di partecipazione, crediti formativi per i percorsi professionali ELAV.

Valido per i masters specialistici ELAV

Fitness Specialist	no
Anti Aging Specialist	no
Athletic Trainer Specialist	no
Sport and Fitness Nutrition Specialist	no
Sport and Fitness Rehabilitation Specialist	no
Sport and Fitness Postural Specialist	si

Quota di partecipazione (IVA inclusa)

Entro 10 giorni dalla data del corso	Entro le ore 13.00 del giorno precedente	In sede corso
139,00€	159,00€	199,00€

ACQUISTA PIÙ CORSI E RISPARMIA

La quota comprende

Kit congressuale, attestato di partecipazione, accesso riservato on-line al materiale didattico consultabile elettronicamente.

[ISCRIVITI ORA](#)

[VAI ALLA PAGINA DEL CALENDARIO CORSI](#)

[VAI ALLA PAGINA DEL CATALOGO CORSI](#)

[VAI ALLA PAGINA DEI MASTERS PER LA CERTIFICAZIONE SPECIALIST](#)