

LE CATENE MUSCOLARI

LA BASE DELLA MOTRICITA' UMANA

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. Le Catene Muscolari ci danno un'informazione importante per poter valutare gli schemi posturali, gli schemi motori e per scegliere le giuste tipologie di intervento. Verranno trattate approfonditamente, con una visione di alcuni dei più grandi interpreti (L. Bousquet, F. Doudal, e T.W. Myers). Verranno presentati test specifici per valutarle, l'intervento nella postura e le loro relazioni, analizzeremo come poter modificare gli esercizi in base al principio delle Catene Muscolari.

Aspettative culturali e professionali

Verranno acquisite informazioni e competenze per valutare approfonditamente le catene muscolari, la loro integrazione nella postura statica e dinamica, ed esercitazioni per il miglioramento del funzionamento della catena presa in esame.

Programma

TEORIA: anatomia e fisiologia delle fasce e delle catene muscolari, le catene muscolari secondo L. Bousquet F. Doudal e T.W. Myers. **PRATICA:** applicazione pratica dei test specifici per le catene muscolari e miofasciali, esercizi specifici per le catene muscolari.

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](#)