

## PROGRAMMAZIONE CORSI POSTURALAB SEDE DI CATANIA

<u>CORSO</u>	<u>DATE</u>	<u>SCADENZA</u>	<u>COSTO</u>
<b>POSTUROLOGIA APPLICATA AL FITNESS</b>	<b>17/18 SETT. 2011 22/23 OTT. 2011 19/20 NOV. 2011 17/18 DIC. 2011</b>	<b>10 SETT. 2011</b>	<b>SINGOLO MODULO € 155 CORSO COMPLETO € 470</b>
<b>GINNASTICA POSTURALE</b>	<b>01/02 OTT. 2011 26/27 NOV. 2011</b>	<b>24 SETT. 2011</b>	<b>SINGOLO MODULO € 235 CORSO COMPLETO € 360</b>
<b>RECUPERO FUNZIONALE E RIATLETIZZAZIONE</b> • <b>GINOCCHIO</b> • <b>SPALLA</b> • <b>CAVIGLIA</b>	<b>(programma in fase di allestimento)</b> <b>15 OTT. 2011</b> <b>5 NOV. 2011</b> <b>3 DIC. 2011</b>	<b>08 OTT. 2011</b>	<b>SINGOLO MODULO € 75 CORSO COMPLETO € 165</b>

### ISCRIZIONI E INFORMAZIONI

Relatori: Bonvegna Salvo, Giuffrida Steven, Messina Rita

Direzione Scientifica: Dott. Prof. Giuseppe Messina

Ogni corso è a numero chiuso:

- 20 partecipanti per il corso di ginnastica posturale: il corso è aperto a chinesiologi, fisioterapisti, masso fisioterapisti ed agli studenti delle varie facoltà;
- 20 partecipanti per i seminari di recupero funzionale e riabilitazione: il corso è aperto a chinesiologi ed agli studenti in scienze motorie;
- 40 partecipanti per il corso di posturologia e fitness: il corso è aperto a chinesiologi, personal trainer ed agli studenti in scienze motorie.

Al fine di poter registrare la propria iscrizione bisogna compilare ed inviare a [info@posturalab.com](mailto:info@posturalab.com) o a [salbonve79@yahoo.it](mailto:salbonve79@yahoo.it) l'apposito modulo d'iscrizione (scaricabile dal sito [www.posturalab.com](http://www.posturalab.com)) e successivamente riceverete l'IBAN per effettuare il bonifico, oppure potrete direttamente portare la quota ed il modulo d'iscrizione presso la sede di Catania di Posturalab Italia.

Associazione culturale medico-scientifica PosturalAB

Segreteria nazionale: Via Libero Grassi, 9 - 90135 - PALERMO C.F.97248090827 Tel. 091.6514378 - 333.4578177 - 389.9629834 - [info@posturalab.com](mailto:info@posturalab.com) [www.posturalab.com](http://www.posturalab.com) - [www.posturalabschool.com](http://www.posturalabschool.com)

Segreteria provinciale di Catania: Via Torino, 28 - 95045 - Misterbianco (CT) Tel. 3394083118  
email - [salbonve79@yahoo.it](mailto:salbonve79@yahoo.it)

## **CURRICULUM PROFESSIONALE DOCENTI**

### **SALVO BONVEGNA**

- ✓ *Laurea Specialistica in Scienza e Tecnica dello Sport conseguita presso l'Università di Roma "Tor Vergata"*
- ✓ *Master in Posturologia conseguito presso l'Università di Roma "La Sapienza"*
- ✓ *Relatore al Master in Posturologia presso l'Università di Roma "La Sapienza"*
- ✓ *Docente al Master in Biomeccanica Posturale presso l'Università di Palermo*
- ✓ *Istruttore Pancafit "Metodo Raggi"*
- ✓ *Personal Fitness Trainer ISSA*

### **RITA MESSINA**

- ✓ *Laurea Specialistica in Scienze e Tecnica dello Sport conseguita presso l'Università di Roma "Tor Vergata"*
- ✓ *Laurea in Fisioterapia conseguita presso l'Università di Catania*
- ✓ *Docente di Scienze Motorie presso scuole statali superiori di 2° grado*
- ✓ *Corso di 1° e 2° livello di NA.P. (Neuromuskulare Arthroossare Plastizitat-plasticità articolare neuromuscolare)*
- ✓ *Corso di 1° livello di riflesso terapia del piede presso la scuola internazionale di HANNE MARQUARDT sede italiana*
- ✓ *Corso di Idrochinesiterapista per gestanti*
- ✓ *Esperienza decennale nell'ambito della ginnastica posturale e antalgica*
- ✓ *Esperienza decennale nell'ambito dei trattamenti fisioterapici in ortopedia e neurologia*

### **STEVEN GIUFFRIDA**

- ✓ *Laurea in Scienze delle attività motorie e del benessere conseguita presso l'Università "Kore" di Enna*
- ✓ *Massofisioterapista*
- ✓ *Personal Fitness Trainer FIF*
- ✓ *Top Trainer*
- ✓ *Direttore Tecnico Palestre "Your Place" - Catania*
- ✓ *Esperienza decennale nell'ambito del fitness*
- ✓ *Esperienza decennale come relatore presso varie associazioni ed enti di formazione*

---

Associazione culturale medico-scientifica PosturaLAB

Segreteria nazionale: Via Libero Grassi, 9 - 90135 - PALERMO C.F.97248090827 Tel. 091.6514378 - 333.4578177 - 389.9629834 - [info@posturalab.com](mailto:info@posturalab.com) [www.posturalab.com](http://www.posturalab.com) - [www.posturalabschool.com](http://www.posturalabschool.com)

Segreteria provinciale di Catania: Via Torino, 28 - 95045 - Misterbianco (CT) Tel. 3394083118  
[email - salbonve79@yahoo.it](mailto:salbonve79@yahoo.it)

# **LA GINNASTICA POSTURALE NELLA RIEDUCAZIONE MOTORIA DELLE ALGIE POSTURALI I MODULO "CERVICALGIA E DORSALGIA" CATANIA**

Relatori: Rita Messina, Bonvegna Salvo

Direzione Scientifica: Dott. Prof. Giuseppe Messina

## **1° GIORNO - "CERVICALGIA" - 01 Ottobre 2011**

- 09.00/11,00  
ANATOMIA E BIOMECCANICA DEL RACHIDE CERVICALE, LE CATENE MUSCOLARI ED IL RACHIDE CERVICALE, RACHIDE CERVICALE: VALUTAZIONE E TEST
- 11,00 Coffee break
- 11.30/13,00  
PARTE PRATICA: RACHIDE CERVICALE- VALUTAZIONE E TEST
- 13,00 Lunch break
- 14.30/16,00  
LA CERVICALGIA: LA NATURA POSTUROLOGICA E LE CAUSE DIRETTE ED INDIRECTE
- 16,00 Coffee break
- 16.30/18,00  
PARTE PRATICA: PROGRAMMAZIONE DELLA LEZIONE E PROGRESSIONE DEGLI ESERCIZI
- 18,00  
DISCUSSIONE FINALE

## **2° GIORNO - "DORSALGIA" - 02 Ottobre 2011**

- 09.00/11,00  
ANATOMIA E BIOMECCANICA DEL RACHIDE DORSALE, LE CATENE MUSCOLARI ED IL RACHIDE DORSALE, IL RACHIDE DORSALE: VALUTAZIONE E TEST
- 11,00 Coffee break
- 11.30/13,00  
PARTE PRATICA: RACHIDE DORSALE- VALUTAZIONE E TEST
- 13,00 Lunch break
- 14.30/16,00  
LA DORSALGIA IN CHIAVE POSTUROLOGICA, LA DORSALGIA: CAUSE DIRETTE ED INDIRECTE
- 16,00 Coffee break
- 16.30/18,00  
PARTE PRATICA: PROGRAMMAZIONE DELLA LEZIONE E PROGRESSIONE DEGLI ESERCIZI
- 18,00  
DISCUSSIONE FINALE

---

Associazione culturale medico-scientifica PosturaLAB

Segreteria nazionale: Via Libero Grassi, 9 - 90135 - PALERMO C.F.97248090827 Tel. 091.6514378 - 333.4578177 - 389.9629834 - [info@posturalab.com](mailto:info@posturalab.com) [www.posturalab.com](http://www.posturalab.com) - [www.posturalabschool.com](http://www.posturalabschool.com)

Segreteria provinciale di Catania: Via Torino, 28 - 95045 - Misterbianco (CT) Tel. 3394083118  
email - [salbonve79@yahoo.it](mailto:salbonve79@yahoo.it)

# **LA GINNASTICA POSTURALE NELLA RIEDUCAZIONE MOTORIA DELLE ALGIE POSTURALI II MODULO "LOMBALGIA E SCOLIOSI" CATANIA**

Relatori: Rita Messina, Bonvegna Salvo

Direzione Scientifica: Dott. Prof. Giuseppe Messina

## **1° GIORNO - "LOMBALGIA" - 26 Novembre 2011**

- 09.00/11.00  
ANATOMIA E BIOMECCANICA DEL RACHIDE LOMBARE, LE CATENE MUSCOLARI ED IL RACHIDE LOMBARE, RACHIDE LOMBARE: VALUTAZIONE E TEST
- 11.00 Coffee Break
- 11.30/13.00  
PARTE PRATICA: RACHIDE LOMBARE - VALUTAZIONE E TEST
- 13.00 Lunch Break
- 14.30/16.00  
LA LOMBALGIA: LA NATURA POSTUROLOGICA E LE CAUSE DIRETTE ED INDIRECTE
- 16.00 Coffee Break
- 16.30/18.00  
PARTE PRATICA: PROGRAMMAZIONE DELLA LEZIONE E PROGRESSIONE DEGLI ESERCIZI
- 18.00  
DISCUSSIONE FINALE

## **2° GIORNO - "SCOLIOSI" - 27 Novembre 2011**

- 09.00/11.00  
LA SCOLIOSI NELL'ADULTO, LE CATENE MUSCOLARI E LA SCOLIOSI, LA SCOLIOSI: VALUTAZIONE E TEST
- 11.00 Coffee Break
- 11.30/13.00  
PARTE PRATICA: LA SCOLIOSI - VALUTAZIONE E TEST
- 13.00 Lunch Break
- 14.30/16.00  
LA SCOLIOSI: LE ORIGINI POSTUROLOGICHE E LE CAUSE DIRETTE ED INDIRECTE
- 16.00 Coffee Break
- 16.30/18.00  
PARTE PRATICA: PROGRAMMAZIONE DELLA LEZIONE E PROGRESSIONE DEGLI ESERCIZI
- 18.30  
DISCUSSIONE FINALE

## LA GINNASTICA POSTURALE NELLA RIEDUCAZIONE MOTORIA DELLE ALGIE POSTURALI

- I MODULO "CERVICALGIA E DORSALGIA" – CATANIA
- II MODULO "LOMBALGIA E SCOLIOSI" – CATANIA
  
- I MODULO "CERVICALGIA E DORSALGIA" – PALERMO
- II MODULO "LOMBALGIA E SCOLIOSI" – PALERMO

(barrare il/i moduli relativi all'iscrizione)

NOME \_\_\_\_\_

COGNOME \_\_\_\_\_

DATA DI NASCITA \_\_\_\_\_

RESIDENZA \_\_\_\_\_

CODICE FISCALE \_\_\_\_\_

PROFESSIONE \_\_\_\_\_

TITOLO DI STUDIO \_\_\_\_\_

REC. TELEFONICO \_\_\_\_\_

E-MAIL \_\_\_\_\_

FIRMA

\_\_\_\_\_

Autorizzo al trattamento dei miei dati personali ai sensi del D. L. 30 giugno 2003 n. 196 e all'utilizzo del materiale da me fornito nell'ambito delle attività proposte dall'ass. PosturaLAB.

FIRMA

\_\_\_\_\_