

PROGRAMMAZIONE 2012-2013 CORSI POSTURALABSCHOOL SEDE DI CATANIA

CORSO	DATE	SCADENZA	COSTO
POSTUROLOGIA APPLICATA AL FITNESS	12-13/05/2012 16-17/06/2012 19-20/01/2013 02-03/03/2013	05/05/2012	€ 350 ENTRO IL 22 APR. 2012 € 450 ENTRO IL 05 MAG. 2012
RECUPERO FUNZIONALE E RIATLETIZZAZIONE	05/05/2012 30/06/2012 15-16/12/2012	28/04/2012	€ 200
LA GINNASTICA POSTURALE NELLA RIEDUCAZIONE MOTORIA DELLE ALGIE POSTURALI	21-22/04/2012 19-20/05/2012 06-07/10/2012 17-18/11/2012	16/04/2012	€ 350 ENTRO IL 01 APR. 2012 € 450 ENTRO IL 16 APR. 2012
LA GINNASTICA POSTURALE NELL' ETA' EVOLUTIVA	14-15/04/2012 13-14/10/2012	07/04/2012	€200

ISCRIZIONI E INFORMAZIONI

Relatori: Bonvegna Salvo, Giuffrida Steven, Messina Rita

Direzione Scientifica: Dott. Prof. Giuseppe Messina

Ogni corso è a numero chiuso:

- **24 partecipanti per i corsi di ginnastica posturale: il corso è aperto a fisioterapisti, masso fisioterapisti, chinesologi ed agli studenti delle varie facoltà;**
- **30 partecipanti per i seminari di recupero funzionale e riatletizzazione: il corso è aperto a fisioterapisti, masso fisioterapisti, chinesologi ed agli studenti delle varie facoltà;**
- **30 partecipanti per il corso di posturologia applicata al fitness: il corso è aperto a chinesologi, personal trainer certificati e valutati singolarmente ed agli studenti in scienze motorie**

Al fine di poter registrare la propria iscrizione bisogna compilare ed inviare a info@posturalab.com o a salvo.bonvegna@posturalab.com l'apposito modulo d'iscrizione (scaricabile dal sito www.posturalabschool.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.

N.B. La quota d'iscrizione al corso, in caso di mancata partecipazione non potrà essere rimborsata.

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*

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*

RECUPERO FUNZIONALE E RIATLETIZZAZIONE CATANIA

Relatore: Steven Giuffrida

Direzione Scientifica: Dott. Prof. Giuseppe Messina

1° SEMINARIO : RECUPERO FUNZIONALE E RIATLETIZZAZIONE DELLA SPALLA **05 Maggio 2012; 15/12/2012**

- 09.00/10.30
ANATOMIA DELLA SPALLA, CUFFIA DEI ROTATORI: ANATOMIA E FUNZIONE, BIOMECCANICA DEL CINGOLO SCAPOLO-OMERALE;
- 10.30 Coffee break
- 11.00/13.00
LA SPALLA: DALLA DISFUNZIONE ALLA PATOLOGIA, LA SPALLA: LE LESIONI DELLO SPORTIVO;
- 13.00/14.30 Launch break
- 14.30/18.00 (Parte Pratica)
LA SPALLA: IL RECUPERO DELLA MOBILITA' E DELLA FORZA IN PALESTRA DOPO LA RIABILITAZIONE: METODOLOGIE D'ALLENAMENTO E PROGRESSIONE DEI CARICHI, STRETCHING GLOBALE DELL'ARTO SUPERIORE E DELLA COLONNA CERVICALE, ESERCIZI DI COORDINAZIONE, ESERCIZI PROPRIOCETTIVI, ESERCIZI A CATENA CINETICA APERTA E CHIUSA, ESERCIZI PLIOMETRICI, COMPILAZIONE SCHEDA D'ALLENAMENTO.
- 18.00/18.30
DISCUSSIONE FINALE

2° SEMINARIO : RECUPERO FUNZIONALE E RIATLETIZZAZIONE DEL GINOCCHIO E DELLA CAVIGLIA **30 Giugno 2012; 16/12/2012**

- 09.00/10.30
ANATOMIA E BIOMECCANICA DEL GINOCCHIO E DELLA CAVIGLIA, ANALISI DELLE COMPONENTI MUSCOLARI DEL GINOCCHIO E DELLA CAVIGLIA NEL PASSO;
- 10.30 Coffee break
- 11.00/13.00
IL GINOCCHIO: LE LESIONI CAPSULO-LEGAMENTOSE, LE LESIONI DEL GINOCCHIO NEGLI SPORT INDIVIDUALI E DI SQUADRA;
LA CAVIGLIA: LE LESIONI CAPSULO-LEGAMENTOSE, LA CAVIGLIA NELLO SPORTIVO: I TRAUMI;
- 13.00/14.30 Launch break
- 14.30/18.00 (Parte Pratica)
IL GINOCCHIO E LA CAVIGLIA: IL RECUPERO DELLA MOBILITA' E DELLA FORZA IN PALESTRA DOPO LA RIABILITAZIONE: METODOLOGIE D'ALLENAMENTO E PROGRESSIONE DEI CARICHI, STRETCHING GLOBALE DELL'ARTO INFERIORE E DELLA COLONNA VERTEBRALE, ESERCIZI DI COORDINAZIONE, ESERCIZI PROPRIOCETTIVI, ESERCIZI A CATENA CINETICA APERTA E CHIUSA, ESERCIZI PLIOMETRICI, COMPILAZIONE SCHEDA D'ALLENAMENTO.
- 18.00/18.30
DISCUSSIONE FINALE

Associazione culturale medico-scientifica PosturaLAB ITALIA

Segreteria nazionale: Via Libero Grassi, 9 - 90135 - PALERMO C.F.97248090827 Tel. 091.6514378 -
333.4578177 - 389.9629834 - info@posturalab.com www.posturalab.com - www.posturalabschool.com

Segreteria provinciale di Catania: Via Torino, 28 - 95045 - Misterbianco (CT) Tel. 3394083118
email - salvo.bonvegna@posturalab.com

SEMINARIO RECUPERO FUNZIONALE E RIATLETIZZAZIONE "SPALLA, GINOCCHIO, CAVIGLIA"

- CATANIA 05-06 MAGGIO 2012
- **CATANIA 15-16 DICEMBRE 2012**

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'asso PosturaLAB.

FIRMA
