



Alta Formazione Tecnica

RECOVERY MOTION

Dalla Disfunzione al ritorno al Movimento

QUANDO E DOVE

4 - 5 Aprile 2020 - **Quadrante Inferiore** (Piede, Gionocchio, Anca, Rachide Lombare)

09 - 10 Maggio 2020 - **Quadrante Superiore** (Torace, Spalla, Gomito, Mano, Rachide Cervicale)

20 - 21 Giugno 2020 - **Fascial Movement** (Linee Miofasciali e Funzionali)

Presso **CORPORE Studio** Via A. Longo 11 (Quartiere Vomero) nei pressi dello Stadio Collana e a pochi metri dalla fermata della Metro "Quattro Giornate"

RISERVATO A;

- Laureati in Scienze Motorie
- Laureati Magistrali in Scienze Motorie
- Diplomatisti ISEF
- Fisioterapisti
- Laureati in una delle Professioni Sanitarie pertinenti
- Studenti in Scienze Motorie e Fisioterapia
- Studenti o coloro che hanno frequentato il Master Universitario in Posturologia Clinica

PRESENTAZIONE

Il corso di RECOVERY MOTION è impostato sull'acquisizione di strumenti teorici e pratici del recupero funzionale post riabilitazione, fino al ripristino delle qualità allenanti, coordinative, condizionali e di performance. Il concetto RECOVERY MOTION è quello di stimolare la comprensione ed il ragionamento collaborativo in ambito multidisciplinare, nella gestione e la presa in carico del soggetto post riabilitazione, da riadattare, Ri-educare attraverso percorsi adattati, fino al ritorno all'allenamento, amatoriale o sportivo/professionale che sia. Recovery Motion vuole sviluppare un percorso razionale e scientifico,

capace di rendere il corpo funzionante al massimo delle sue potenzialità per massimizzare le prestazioni. Il protocollo correttivo è una chiave di recupero e prevenzione validissima per salvaguardare il soggetto/atleta/sportivo da infortuni futuri, nonché un valido supporto per stimolare qualità fondamentali per andare a destrutturare schemi disfunzionali, riscrivendo in tal mondo, i fisiologici parametri del sistema di movimento.

RECOVERY MOTION illustra inoltre, un sistema ragionato ed integrato di valutazione e di classificazione del movimento che scruta le sequenze fondamentali come la mobilità articolare, la stabilità ed il controllo motorio, nella padronanza d'esecuzione nei movimenti principali che il corpo umano dovrebbe essere in grado di eseguire senza particolari problemi.

L'attenzione fondamentale del sistema è posta nel valutare la qualità del movimento riconoscendo le conseguenti limitazioni o disfunzioni. Il nostro corpo è un sistema molto complesso che agisce in globalità, è quindi necessario considerare ed indagare i movimenti primari per risalire successivamente.

Dopo aver imparato l'esecuzione dei test di base del quadrante inferiore, si passerà all'interpretazione dei risultati e al riconoscimento dello stato di "Abilitazione" (Ability) motoria o Disfunzionalità (No Ability) per determinare se le cause disfunzionali trovate siano causate da una carenza di mobilità articolare, una carenza di stabilità, o da una insufficienza di controllo motorio.

Per ogni test vi sono le strategie correttive di movimento e le progressioni degli esercizi che condurranno il soggetto al riequilibrio della capacità deficitaria grazie alle stimolazioni dei pattern funzionali di base attraverso il movimento.

ORARI CORSO:

Iscrizioni: 9:30

Orari corso: 10:00 – 18:00

Materiale didattico

Quaderno Appunti + Materiale didattico multimediale + T-Shirt "Corpore Movement Specialist" + Attestato di Partecipazione

Quota Iscrizione e Modalità

- **Modulo Singolo; 200,00 Euro** Comprensiva di quota Associativa del valore di 20,00 euro
- **Formula COMBO RECOVERY MOTION; 480,00 euro (Quadrante Inferiore + Quadrante Superiore + Fascial Movement)** Comprensiva di quota Associativa del valore di 20,00 euro

* **Quota Associativa;** Per poter accedere ai corsi e alle attività didattiche è Necessario essere SOCI CORPORE e dunque essere in regola con il Tesseramento. Costo Tesseramento UNA TANTUM 20,00 euro.

È utile sapere che;

Ogni fine Modulo prevede un incontro ulteriore di Brainstorming **GRATUITO**, per affinare le tecniche e approfondire gli argomenti trattati con prove pratiche e applicazioni su casi reali.

Procedura Iscrizioni;

Per prenotarsi al corso occorre compilare modulo d'iscrizione apponendo firma, dunque **scansionarlo** **OPPURE semplicemente "Fotografarlo"** e inviarlo a CORPORE STUDIO NAPOLI all'indirizzo; corporestudionapoli@gmail.com allegando anche fotocopia di un documento di riconoscimento (Oppure sempre fotografando con il cellulare)

Effettuare bonifico bancario sul seguente numero di conto; **IT48A0623003537000057126373** intestato a CORPORE asd via A. Longo 11 – Causale: "Corso Recovery Motion (Indicare il Modulo prescelto) Oppure, "Recovery Motion COMBO" qualora di intenda partecipare ai Tre Moduli Formativi, usufruendo del costo ridotto.

PROGRAMMA DEI TRE MODULI:

QUADRANTE INFERIORE

- Il Movimento Umano, neurologia, biomeccanica e sistema fasciale
- Costruzione del movimento e Pattern di attivazione
- Funzioni, azioni e disfunzioni
- Linee Neuro/Miofasciali Funzionali
- Muscoli e seconde funzioni
- Joint by joint approach
- Scrutinio del movimento; Cosa - Quando - Come
- Punti Trigger e Release Miofasciale
- Stabilità, Mobilità e Controllo Motorio, Integrazioni e disfunzioni
- Meccanismi Disfunzionali e Test discriminanti
- Posturologia Funzionale in ambito di Recovery Motion; Neuro-Recettori
- Modifica dell'assetto Posturo/Funzionale
- Quadrante Inferiore; Piede/Caviglia/Anca/Rachide lombare; Anatomia Funzionale, Analisi delle problematiche disfunzionali, strategie di ripristino funzionale.
- Strategie Correttive ed esercizi specifici
- Assegnare la giusta strategia correttiva sulla base dei test svolti
- Restrizioni di movimento e di controllo motorio
- Progressione degli esercizi di correzione
- Il Sistema di progressione K-Move
- Sequenze motorie da allenare
- Ritestare il movimento

- Errori frequenti
- Role Paly

QUADRANTE SUPERIORE

- Il Quadrante superiore; Volumi e connessioni
- Pattern di attivazione
- Schemi Respiratori
- Correlazioni con Linee Neuro/Miofasciali Funzionali
- Muscoli e Anatomia Funzionale
- Joint by joint approach e recettori
- Scrutinio del movimento; Cosa - Quando - Come
- Punti Trigger e Release Miofasciale
- Stabilità, Mobilità e Controllo Motorio, Integrazioni e disfunzioni
- Meccanismi Disfunzionali; Biomeccanica applicata
- Modifica dell'assetto Posturo/Funzionale
- Torace/Spalla/ Dorso; Sistema di movimento e disfunzioni
- Test Specifici discriminatori
- Strategie Correttive ed esercizi specifici
- Gomito/ Polso/ Rachide Cervicale; Sistema di movimento e disfunzioni
- Test Specifici discriminatori
- Strategie Correttive ed esercizi specifici
- Restrizioni di movimento e di controllo motorio
- Progressione degli esercizi di correzione
- Connessioni e riconessioni (Sistemi e Metodologie Integrate)
- Ritestare il movimento
- Il Sistema di progressione K-Move
- Role Paly

FASCIAL MOVEMENT

- Il Sistema Miofasciale
- Pattern di attivazione e sistema Fasciale
- Schemi Posturali
- Connessioni dirette e indirette
- Sistema Miofasciale e dolore
- Linea Posteriore Superficiale
- Analisi visiva e test
- Bodywork e sequenze funzionali
- Linea Laterale
- Analisi visiva e Test
- Bodywork e sequenze funzionali
- Linea Frontale Superficiale
- Analisi visiva e Test
- Bodywork e sequenze funzionali
- Linea Spirale
- Analisi visiva e Test
- Bodywork e sequenze funzionali
- Linee Funzionali
- Analisi visiva e Test
- Bodywork e sequenze funzionali
- Punti Trigger e Release Miofasciale
- Stabilità, Mobilità e Controllo Motorio, Integrazioni e disfunzioni
- Modifica dell'assetto Posturo/Funzionale
- Strategie di Recovery Motion nelle disfunzioni del sistema miofasciale
- Restrizioni di movimento e di controllo motorio
- Connessioni e riconessioni (Sistemi e Metodologie Integrate)
- Role Paly

Docenti

Dr. Marco Montanino

Fisioterapista - Osteopata - Chinesiologo - Specializzato in Posturologia Integrata

Specializzato in Rieducazione Posturale Metodo Mezieres - Perfezionato in Riprogrammazione Motoria ed Esercizio Terapeutico – Perfezionato in Fisioterapia Sportiva - Insegnante e Formatore Metodo Pilates - Insegnante di Anatomy Train in Motion (Metodo Myers) - Trainer Bioenergetica Posturale e Corporea - FCM® Trainer - SFMA Trainer

Docente presso il Master Universitario in Posturologia Clinica Università Federico II di Napoli

Docente al modulo ADE (Attività Didattiche Elettive) presso Corso di Laurea in Fisioterapia Federico II –

Docente presso il Corso di perfezionamento in Posturologia Avanzata dell'Università di Cagliari

Docente e Direttore Scientifico EPA (European Postural Academy)

Ideatore e Titolare dei Marchi Metodo RPI® (Riequilibrio Posturale Integrato) e Metodo Kinesio Pilates®

Dr. Adriano Neri

Chinesiologo e Laureato Magistrale in Attività Motorie Preventive e Adattate - Specializzato in Posturologia Clinica - Specializzato in Recupero Funzionale - Insegnante Specializzato e certificato Strongfirst di Functional Training e Kettlebell Training - Insegnante Metodo Functional Pattern - Tecnico del Riequilibrio Posturale Integrato Metodo RPI® - Perfezionato in DNS 1-2 -3 Livello (Dynamic Neuromuscular Stabilization) Barefoot Training - Studente in Osteopatia

corporestudionapoli@gmail.com

Tel Info Didattiche o WhatsApp: 3331215093