CORSO WEBINAR

GINNASTICA POSTURALE

28/29 Maggio 2021

Con il Patrocinio del Dipartimento di Scienze Biomediche e Biotecnologiche e del Centro di Ricerca in Attività Motorie dell'Università degli Studi di Catania.

PROGRAMMA:

> Cenni storici
> Aspetti normativi
> Codice deontologico
> La postura: definzione
> Il sistema tonico posturale
> Le patologie più frequenti
> La scheda personale
> I test posturali
> Periodizzazione della ginnastica posturale
> Gli esercizi posturali: caratteristiche
> Postura e attività sportiva
> Cueing: comandi verbali e gestuali
> Esercitazioni pratiche: protocolli di allenamento per lezioni individuali e di gruppo
> Project work (progettazione di protocolli di lavoro)
> Esame finale: questionario di valutazione finale con 30 domande a risposta chiusa

ORARIO:

VENERDI':
9,00/13,00
13,00/14,00 PAUSA PRANZO
14,00/18,00
SABATO:
8,30/12,30
12,30/13,30 PAUSA PRANZO
13,30/17,30

ISCRIZIONI:

Il costo del corso di 300€ verrà scontato del 50% per gli studenti iscritti al CdS in Scienze Motorie dell'Università di Catania, pertanto il prezzo finale è 150€

PRENOTAZIONI:

Entro il 16 Maggio 2021
Recarsi sul sito
www.formafitnessitalia.it

N.B. Gli studenti iscritti nei CdL in Scienze Motorie e Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate, che parteciperanno al corso, dopo aver ricevuto l'attestato, potranno richiedere il riconoscimento di 2 CFU al CdL di afferenza per essere validati come tirocinio o crediti a scelta dello studente.

INFO: 335-8420163

Made with PosterMyWall.com