Check in e registrazione

Introduzione alla postura e alla posturologia
• Differenze tra posturologo e educatore posturale
• Postura corretta e patologica
• Studio analitico dei recettori posturali periferici (apparato vestibolare, stomatognatico, appoggi podalici, recettori oculari, cute)
• La valutazione posturale
• analisi posturale

• La componente psicologica sulla postura
• la respirazione
• Protocolli di lavoro sulla respirazione
• Le catene muscolari
• Accenno ai Metodi di Rieducazione Postuale

• Ginnastica posturale e allungamento

• ernie, protusioni

• scoliosi, ipercifosi e iperlordosi
• Rieducazione funzionale e propriocettiva

• Esercizi di propriocettività
• Protocolli di lavoro
La Struttura di una Lezione di Posturale
Come Gestire una Lezione di Gruppo

Lezione di Posturale con Piccoli Attrezzi

Simulazione Prova Pratica (strutturare lezione tipo)

• Postura e fitness
• Postura e prestazione dopo diagnosi e reset posturale
• Analisi di casi clinici

Chiusura corso