



METODO STRETCHING GLOBALE DIFFERENZIATO

Il Corso consentirà di migliorare la conoscenza delle principali tecniche posturali (con brevi cenni storici), attraverso la corretta definizione terminologica e i relativi criteri di classificazione.

Particolare attenzione verrà data alle più recenti acquisizioni scientifiche sullo "Stretching". Saranno presentati lavori di ricerca che aiuteranno a chiarire i concetti attualmente controversi sulla effettiva utilità dello stretching nelle varie fasi di: prevenzione, terapia e riequilibrio posturale nello sport e nella vita quotidiana.

Nello specifico, verranno illustrate le basi anatomo-fisiologiche e biomeccaniche del Metodo Globale Differenziato (MGD).

Ampio risalto sarà dato all'importanza di tale metodo quale strumento di terapia e prevenzione per le principali patologie a carico della colonna vertebrale, degli arti superiori e inferiori. Saranno altresì trattati in forma teorico-pratica i campi di applicazione del metodo.

Il corso sarà integrato da esercitazioni pratiche su "PancaSix", strumento ideale del "Metodo Globale Differenziato".

DATA:

SABATO 10 DICEMBRE
08.30 - 18.30

LOCATION:

MONTECATINI TERME
PRESSO TERME REDI

Con Il Patrocinio di:



Associazione Italiana
Preparatori Atletici Calcio

In collaborazione con:



PROGRAMMA

Ore 8.30 Registrazione partecipanti

1ª SESSIONE - Introduzione

Moderatori: G. Cerulli, V. Vergine

- 09.00: **Principali scuole posturali: cenni storici**
L. Barni
- 09.30: **Anatomia e biomeccanica delle catene cinetiche**
G. Cerulli, S. Fiorini, V. Vergine
- 10.00: **Stretching e sport: stato dell'arte**
G. Cerulli, V. Vergine
- 11.00 - 11.30: Coffee Break

2ª SESSIONE – Presentazione MGD

Moderatori: G. Cerulli, V. Vergine, L. Barni

- 11.30: **Metodo Globale Differenziato (MGD)**
V. Vergine, L. Barni
- 12.30: **MGD e Pancasix**
V. Vergine, L. Barni
- 13.30: 14.30 Light Lunch
- 14.30: **MGD: campi di applicazione**
S. Fiorini, L. Barni
- 15.00: **MGD: patologie sport specifiche**
V. Vergine, L. Barni
- 16.00 - 16.30 Coffee Break

3ª SESSIONE – Applicazione pratica MGD

Moderatori: V. Vergine, S. Fiorini, L. Barni

- 16.30: **MGD: Prevenzione delle Principali**
Patologie da sovraccarico
S. Fiorini
- 17.30: **MGD: Terapia delle Principali**
Patologie da sovraccarico
L. Barni
- 18.30: Fine Lavori e consegna attestato di partecipazione

DIRETTORI SCIENTIFICI

Prof. Giuliano Cerulli

Professore Ordinario di Ortopedia e Traumatologia, Direttore Scuola di Specializzazione in Ortopedia e Traumatologia Università di Perugia

Prof. Vincenzo Vergine

Professore a contratto Corso di Laurea in Scienza Motorie Scienza e Tecnica dello Sport - Università di Firenze Responsabile Area Fisica S.G. ACF Fiorentina

FACULTY

Prof. Stefano Fiorini - Università di Firenze
Presidente Nazionale AIPAC

Dott. Luca Barni - Presidente Associazione Culturale
Officina del Movimento

INSTRUCTORS

Dott. Francesco Bruni - Pistoia
Dott.ssa Daniela Barni - Montecatini
Dott.ssa Chiara Bartolini - Pistoia

CORSO DI FORMAZIONE

"METODO GLOBALE DIFFERENZIATO"

Data: 10 Dicembre 2011

Sede: Piscine Terme Redi - Montecatini Terme, Viale Marconi 2

Informazioni: Corso a numero chiuso (50 persone) – iscrizioni aperte fino al 7 Dicembre 2011

Costo del corso: € 250,00* + iva 21%

*(sconto del 10% per gli Associati Aipac)

Modalità di pagamento: Il pagamento della quota di iscrizione potrà essere effettuato con bonifico bancario intestato a : FITNESS CLUB SRL - Banca Credito Artigiano Agenzia 1 Prato
IBAN: IT 85 E 03512 21501 000000019184, causale "Corso di Formazione e nome del partecipante".

E' possibile pagare anche in contanti c/o la sede di Fitness Club Srl - V.le Manfredo Fanti 49 a - Firenze (zona Stadio A. Franchi)
L'iscrizione sarà considerata valida solo inviando la scheda compilata e copia del pagamento effettuato tramite email all'indirizzo: ilaria@fitnessclubfirenze.it oppure tramite fax al nr. 055.5059763. Alla ricezione del pagamento Vi verrà inviata regolare fattura.

Segreteria Organizzativa:

Fitness Club Srl- V.le M. Fanti 49 a - 50137 Firenze
Per informazioni: Referente Iliara Ottanelli
cell. 340. 1644712 email ilaria@fitnessclubfirenze.it
fax 055.5059763

Scheda di Iscrizione: * campi obbligatori

Nome* _____ Cognome* _____

Via* _____ n°* _____ Cap* _____ Città* _____

Tel _____ Cell* _____ Email* _____

Specializzazione* _____ Ente/Istituto _____

DATI PER FATTURAZIONE*

Nome Cognome/Ragione Sociale * _____

Via* _____ n°* _____ Cap* _____ Città* _____

C.F.* _____ P.Iva* _____

Indirizzo* _____