

**“Pilates Fisios™ matwork e
piccoli attrezzi”
SCHEMA D'ISCRIZIONE**

Nome _____

Cognome _____

Profes: Fisioterapista __ Allievo __

Presso _____

Residente a _____

Via _____ n° _____

CAP _____ Prov. _____

Tesserata AIFI n° _____

Cod. Fiscale _____

P.IVA _____

Luogo e data di nascita _____

E mail _____

Tel.Lavoro _____

Cellulare _____

Autorizzo l'AIFI Regione Abruzzo a disporre dei miei dati secondo quanto previsto dal D.L.675\96 salvo diverse comunicazioni (i dati saranno utilizzati esclusivamente per l'invio di materiale inerente l'Associazione e non saranno comunicati a terzi)

Data _____

Firma _____

**SEGRETERIA
ORGANIZZATIVA**

Ufficio Formazione

Di Matteo Luciana

Tel.Ab+fax.085.8570002

Cell.329-0742595

e-mail:luciana.dimatteo@tiscali.it

Segretario

Picchini Ginesio

Tel.Ab.085.8004161

Fax.085.8003281

Tel.Lav.085.8944181

Cell.347.2685162

e-mail:aifiabruzzo@hotmail.it

Presentazione

Il corso di formazione su “Pilates Fisios: Matwork e piccoli attrezzi” è un corso teorico-pratico rivolto a Fisioterapisti.

In questo corso viene trattata la parte del metodo a corpo libero con l'aggiunta di piccoli attrezzi quali 1 magic circle, 1 foam roller, 1 elastico piatto resistenza media, 1 soft ball.

Si tratta di un corso prevalentemente pratico in cui la parte teorica è relativa alla presentazione del metodo e dei principi fondamentali con rimandi a ricerche scientifiche a supporto della tecnica stessa, alla valutazione del paziente e alle sue applicazioni generali in riabilitazione.

Obiettivo del corso è l'apprendimento della metodologia Pilates Fisios a corpo libero e con i piccoli attrezzi in modo da poter elaborare un programma riabilitativo completo applicabile a differenti tipologie di pazienti.

N.B. I piccoli attrezzi rimarranno in dotazione ai partecipanti così come il libro della docente Silvia Raneri.



Associazione Italiana Fisioterapisti

Regione Abruzzo

www.abruzzo.aifi.net

In collaborazione con
Tyche srl

**“Pilates Fisios™ matwork e
piccoli attrezzi”**

(Crediti ECM richiesti)

Docente Ft Silvia Raneri

7-8-9-10 Giugno 2018

Pescara

Torri Camuzzi, Largo Delli Castelli 10

Programma

7 Giugno 2018

ore 09.30 Origini del metodo Pilates, presentazione grandi attrezzi. Differenze tra “fitness pilates” e “pilates terapeutico Pilates Fisios™”

ore 10.15 I Principi Fondamentali Pilates Fisios™ I parte: Stabilità del baricentro, Respirazione cosciente
ore 10.45 Break

ore 11.00 I Principi Fondamentali Pilates Fisios™ II parte: Precisione e allineamento, Controllo motorio, Concentrazione, Fluidità e coordinazione

ore 12.00 Benefici generali del metodo Pilates

Fisios™

Ore 12.15 Indicazioni generali in riabilitazione ortopedica e neurologica

ore 12.30 Obiettivi generali del metodo Pilates Fisios™

ore 12.45 Valutazione Pilates Fisios™ e struttura delle sedute (trattamento individuale, piccolo gruppo)

ore 13.00 *Pausa Pranzo*

ore 14.00 Esempio di valutazione statica su due casi clinici

ore 14.30 Valutazione dinamica. Dimostrazione pratica. Pratica tra gli allievi con scambio di ruolo

ore 15.45 *Breack*

ore 16.00 Valutazione dinamica (continua)

ore 17.30 chiusura 1° giornata

8 Giugno 2018

ore 9.30 Esercizi sensibilizzazione per il Piano Perineale. Dimostrazione pratica. Pratica tra gli allievi con scambio di ruolo

ore 11.15 *Coffee break*

ore 11.30 **Matwork base:** Progressione base decubito supino/seduto, Progressione base decubito prono e Progressione base decubito laterale (obiettivi generali, progressione e final format, indicazioni, controindicazioni e precauzioni) Dimostrazione pratica degli esercizi. Apprendimento corretta esecuzione, come insegnarli e manualità del terapeuta, come sceglierli o modificarli per proporli ai pazienti in base alle necessità individuali o alla patologia. Pratica tra gli allievi con scambio di ruolo

ore 13.00 *Pausa Pranzo*

ore 14.00 Matwork base (continua)

ore 17.30 chiusura 2° giornata

9 Giugno 2018

ore 9.30 **Matwork intermedio:** Progressione intermedia decubito supino/seduto, Progressione intermedia decubito prono e Progressione intermedia decubito laterale (obiettivi generali, progressione e final format, indicazioni, controindicazioni e

precauzioni) Dimostrazione pratica degli esercizi. Apprendimento corretta esecuzione, come insegnarli e manualità del terapeuta, come sceglierli o modificarli per proporli ai pazienti in base alle necessità individuali o alla patologia. Pratica tra gli allievi con scambio di ruolo

ore 11.15 *Coffee break*

ore 11.30 Matwork intermedio (continua)

ore 13.00 *Colazione*

ore 14.00 Matwork avanzato (presentazione di alcuni esercizi ad interesse specifico): Progressione avanzata decubito supino/seduto, Progressione avanzata decubito prono e Progressione avanzata decubito laterale Dimostrazione pratica degli esercizi. Apprendimento corretta esecuzione, come insegnarli e manualità del terapeuta, come sceglierli o modificarli per proporli ai pazienti in base alle necessità individuali o alla patologia. Pratica tra gli allievi con scambio di ruolo

ore 17.30 chiusura 3° giornata

10 Giugno 2018

ore 9.30 Esercizi con i piccoli attrezzi: magic circle, soft ball, foam roller, elastico. Dimostrazione pratica degli esercizi. Analisi degli esercizi, apprendimento della corretta esecuzione, come insegnarli e manualità del terapeuta, come sceglierli o modificarli per proporli ai pazienti in base alle necessità individuali o alla patologia sviluppando un ragionamento critico finalizzato agli obiettivi del trattamento. Pratica tra gli allievi con scambio di ruolo

ore 11.15 *Coffee break*

ore 11.30 Esercizi con i piccoli attrezzi (continua)

ore 13.00 *Colazione*

ore 14.00 Esercizi con i piccoli attrezzi (continua)

ore 16.15 Esempi di protocollo esercizi matwork e piccoli attrezzi per gravidanza, lombalgia, morbo di Parkinson, osteoporosi

ore 16.30 Conclusioni, esecuzione dei test di verifica e gradimento.

ore 17.30 chiusura 4° giornata

Sede del corso

Torri Camuzzi, Largo Delli Castelli 10, Pescara (329-0742595).

Costo

Il corso ha un costo di 550,00 Euro per i fisioterapisti e di 400,00 Euro per gli allievi dei corsi laurea in fisioterapia.

Modalità di pagamento

Preiscrizione di **300,00**, da versare sul C/C sotto indicato, e saldo dell'importo da regolarizzare entro il primo giorno del corso.

Tutti i versamenti debbono essere effettuati sul seguente IBAN intestato ad AIFI Abruzzo:

IT93U01030404200000536516

specificando sulla causale il titolo e la sede del corso.

N.B. L'iscrizione all'AIFI si effettua esclusivamente on-line sul portale www.aifi.net.

Modalità di iscrizione

Per accedere al corso è necessario trasmettere **via mail ad aifiabruzzo@hotmail.it, oppure tramite whatsapp al 3472685162**, entro il **5 Maggio 2018**, la scheda di iscrizione (presente nel pieghevole),

e la fotocopia dell'avvenuto pagamento della preiscrizione.

Le eventuali iscrizioni in esubero verranno rimborsate.

Numero fisioterapisti necessari per attivare il corso: minimo 14 partecipanti fino ad un massimo di 25.

N.B. Pubblicità questo corso dove lavori. Grazie.

