



CORSO BASE DI NATUROPOSTURA

c/o STUDIO TALEA di CONEGLIANO

DOCENTE

DOTT. SCIANDINI ALESSANDRO

Chinesiologo e Pedagogista
Ideatore del Metodo ed esperto in
ergonomia del lavoro
E' promotore di Scuole della Schiena
in ambito aziendale e formativo



29 30 MARZO

SABATO 29 MARZO
10.30 - 13.00 14.00 - 19.00

DOMENICA 30 MARZO
08.30 - 13.00

CORSO

Per NATUROPOSTURA s'intende la "POSTURA NATURALE", quella del bambino, quella che nel corso della vita lentamente perdiamo a favore di schemi di movimento più "comodi" ma meccanicamente più scorretti. Il corso fornisce gli strumenti teorici-pratici per apprendere i principi della Naturopostura:

- Esecuzione dei movimenti in atteggiamento "neutro" della colonna
- Ricerca statica e dinamica dell'allineamento posturale
- Controllo costante del tono dei "FANTASTICI 4" per la massima stabilizzazione
- Utilizzo del metodo A.B.C. per raggiungere la massima efficienza posturale

☎ 370 154 9984 - Dalle ore 8.00 alle ore 13.00

✉ info@ilfarosport.it

📍 Studio Talea - Via F. Molena, n° 19 - Conegliano

METODO

Il metodo nasce proprio dalla profonda esigenza di rendere “allenanti e non usuranti” le comuni mansioni quotidiane, creando tutti i presupposti (il Metodo A.B.C.) per la corretta gestione delle posture di lavoro e ovviamente anche di svago.

Consente di operare non solo sulla persona singola, ma soprattutto con aziende che, come mi succede da tempo, accolgono le proposte di corsi per intervenire efficacemente sulla capacità di resa dei dipendenti.

La grossa novità di questo corso è proprio la sua prospettiva d’inserimento nelle aziende “sensibili”, con programmi diversificati, a seconda delle mansioni operative, in grado di “compensare lavorando”.

Le schede di esercizi proposti permetteranno di recuperare in modo semplice e “naturale” la stabilità posturale persa nel corso del tempo, riavviando processi di movimento funzionale ed economico.

CORSO BASE DI NATUROPOSTURA

A CHI È RIVOLTO

LAUREATI IN SCIENZE MOTORIE,
ISEF

COSTO

€ 180,00

€ 150,00 PER GLI ISCRITTI U.N.C.

IL COSTO COMPRENDE:

- IL MATERIALE DIDATTICO
- L'ATTESTATO PARTECIPAZIONE

ISCRIZIONI

INVIARE UN'EMAIL A:
INFO@ILFAROSPORT.IT
O UN MESSAGGIO WA A:
370 154 9984

☎ 370 154 9984 - Dalle ore 8.00 alle ore 13.00

✉ info@ilfarosport.it

📍 Studio Talea - Via F. Molena, n° 19 - Conegliano

CORSO A NUMERO CHIUSO
ISCRIZIONI ENTRO IL 15/03/2025