



Corsi di formazione CSEN
Settore Posturologia

Programma formativo

Il corso, se integrato con la sola parte tecnica del corso base, dà diritto al conseguimento di due diplomi: Il diploma di Operatore di FITNESS POSTURALE ed il diploma TECNICO SPECIFICO.

Percorso formativo per il conseguimento del Diploma Nazionale di:
“Operatore di fitness posturale”

Il corso ha l'obiettivo di formare il professionista operatore di fitness posturale, attraverso una serie di nozioni teoriche e approcci pratici funzionali.

Fornisce all'istruttore di fitness e body building le basi per permettergli di riconoscere le principali patologie posturali, e le metodologie necessarie per affrontarle in maniera intelligente e consapevole. l'acquisizione di tale qualifica si realizza attraverso la frequenza di tutti i corsi di formazione di seguito elencati:

L'accesso ai corsi è consentito a laureati e studenti IUSM, inoltre a istruttori di: fitness, body building, fitness, personal trainer

Incontri Tecnico Scientifici

1° incontro “Movimento e Postura”

In questo primo incontro verranno trattati argomenti di base sullo studio della posturologia, si partirà dal concetto di postura con le varie definizioni ed i vari modelli di studio, per arrivare attraverso lo studio dei principali recettori del corpo ad esaminare la funzione del sistema tonico posturale. In seconda fase verranno affrontate le situazioni di alterazioni posturali riscontrabili attraverso i test posturali specifici.

Infine si relazionerà sull'importanza delle pedane baropodometriche nell'analisi posturale.

2° incontro “L'incidenza della postura nelle alterazioni vertebrali”

Incontro cardine del percorso formativo, nel quale si darà rilievo alla valutazione posturale con una attenta analisi del rapporto tra biomeccanica articolare corporea e postura; all'importanza dello studio delle varie situazioni di equilibrio come fonte di ergonomia posturale, in rapporto alle varie alterazioni della colonna vertebrale.

Seguirà la valutazione posturale attraverso l'applicazione dei test posturali.

Infine ci sarà la presentazione con relativa spiegazione delle varie tecniche di lavoro pratico in ambito della ginnastica posturale e riprogrammazione posturale.

3° Movimento e postura nella terza età

Incontro dedicato alla conoscenza delle caratteristiche organiche strutturali e funzionali specifiche di questa fascia di età, alle alterazioni del sistema osseo e muscolare con i relativi problemi strutturali che si ripercuotono sulla postura.

Alla conoscenza dei giusti carichi di lavoro con attrezzi specifici, seguirà una parte pratica con proposte di lavoro sia di gruppo che individuale.

4° incontro “Tecniche e metodologie della ginnastica Posturale”

Nel quarto incontro di carattere pratico, verranno trattati i seguenti argomenti:

- Tecniche e metodologie pratiche di lavoro individuale e di gruppo
- Approccio alla scuola francese: “Metodo delle tre squadre”

In questo incontro l'obiettivo principale, è quello di creare linee guida per percorsi finalizzati alla risoluzione di alterazioni e disfunzioni posturali.

Questo inizialmente attraverso una attenta valutazione posturale (test posturali) , ed in seguito alla giusta proposta, e corretta esecuzione delle tecniche specifiche di lavoro in relazione ai relativi casi (rigidità, deviazioni ed algie vertebrali).

Si creeranno gruppi di lavoro per ogni singolo caso simulato.

Verranno proposti anche esercizi con attrezzi codificati.

Alla fine del corso è previsto un esame finale .
Ad ogni incontro formativo verrà rilasciato un attestato di partecipazione.

E' possibile frequentare anche singoli corsi con il semplice rilascio dell'attestato di partecipazione.

Per i laureati di scienze motorie, la qualifica viene attribuita con la sola frequenza ai corsi.
Tutti i comitati provinciali che sono interessati ad attivare tale corso presso le loro sedi possono mettersi in contatto con il responsabile nazionale del settore Posturologia dell'ente:

Curriculum Vitae

Prof. Luciano Reali nato a Ceccano ed ivi residente in via Gaeta 1° trav n. 17
attualmente docente di Educazione Fisica a tempo indeterminato presso l'Istituto Tecnico Commerciale di Ceccano (Fr)

- Diploma di laurea I.S.E.F. Statale Roma
- Abilitato all' insegnamento nella scuola secondaria di 1°e 2° grado.
- Assistente in ginnastica Educativa presso ISEF di Cassino periodo 1990 - 1992
- Docente presso l'ISEF di Cassino periodo 1993 – 1999 .
- Perfezionato in Posturologia e Osteopatia strutturale presso l'Università di Palermo.
- Chinesiologo iscritto alla Unione Italiana Chinesiologi.
- Perfezionato in R.P.G. (Riprogrammazione Posturale Globale) corsi Studiogest.
- Attestato di partecipazione al corso di formazione in “Biomedica Posturale” Roma 2006
- Attestato di partecipazione al seminario in : Metodologie Posturali nella prevenzione delle Algie Vertebrali. approccio alla scuola francese, organizzato dalla U.N.C. Bologna 2007.
- Relatore 52° Congresso Nazionale S.I.G.M. (Società Italiana Ginnastica Medica) R C. 27/04/08
“L'incidenza delle posture scorrette nell'evoluzione delle scoliosi dismorfiche”
- Socio della S.I.G.M. (Società Italiana Ginnastica Medica)
- Iscritto alla Associazione Back School.
- Iscritto all G.S.S. (Gruppo Studio Scoliosi)
- Maestro di nuoto F.I.N. (Federazione Italiana Nuoto).
- Preparatore atletico della F.I.T. (Federazione Italiana Tennis).
- Responsabile settore ginnastica Posturale presso il C. A. M. “Olimpia Club” Ceccano (Fr)
- Tecnico Operatore nell' applicazione del metodo Mézières
- Svolge attività di collaborazione e ricerca con il Foot Medical Hospital Roma
(resp. prof. P.Ronconi) nel settore della ginnastica Posturale e Propriocettiva.

- Responsabile Nazione corsi di formazione in Posturologia svolti dallo C.S.E.N.
- Presidente Provinciale C.S.E.N. Frosinone
- Consigliere Nazionale C.S.E.N.
- Componente della commissione provinciale C.O.N.I. – Enti di Promozione Sportiva.