



Formazione BioWalking di primo livello

Rieducazione e riprogrammazione sensoriale-percettiva del cammino

Obiettivo del corso: riportare al movimento tridimensionale e uscire dagli automatismi del movimento, che creano tensioni, sovraccarichi, rigidità e dolori ritrovando l'armonia del nostro cammino e nuovi schemi motori.

Il primo livello permette di lavorare sulle sedute di **Personal** nel movimento, i **finali** delle lezioni di Bioginnastica, **personal** di Biowalking e **minigruppi** di Max 4 persone.

DATE PRIMO LIVELLO DIVISE IN DUE WEEKEND 11 - 12 Maggio 2019 e 21-22 settembre 2019:

1° weekend di primo livello:

- teoria sul movimento tridimensionale dalla Bioginnastica al Biowalking,
- il cammino e com'è nato il Biowalking,
- propedeutica della Bioginnastica per il movimento (esercizi a terra),
- esercizi di base indoor (protocollo);

2° weekend di primo livello:

- aspetti rieducativi-funzionali e riabilitativi sui personal o individuali di Biowalking,
- casi clinici,
- aspetti psicosomatici di base legati al cammino.

Il corso sarà tenuto da: Stefania Tronconi, Davide Giusti, Alice Sarto, Valentina Montanari.

Costo del corso di primo livello euro **360 + IVA**