



Scuola di  
Formazione in  
**bioginnastica**<sup>®</sup>

**SCUOLA DI FORMAZIONE OPERATORE DI BIOGINNASTICA**

## **Crescita personale e professionale**

### **OBIETTIVI**

Il percorso di formazione ha lo scopo di formare operatori che possano applicare la Metodologia Bioginnastica<sup>®</sup> in vari settori professionali: settore rieducativo, riabilitativo, fisioterapico, massofisioterapico, educativo, scolastico, ostetrico, medico, psico-pedagogico, atletico-sportivo e di fitness.

la Bioginnastica<sup>®</sup> è una metodologia trasversale per la conoscenza di sé attraverso il corpo e i suoi strumenti, valorizzando il lavoro personale per la responsabilità della propria salute e benessere.

**Il percorso comprende uno studio didattico e un lavoro profondo sul proprio corpo: attraverso l'esperienza personale** si può riconoscere la strada per ritrovare prima il proprio equilibrio psicofisico, per poi proporlo ad altre persone in modo serio e coerente.

**La sperimentazione, la pratica continua, il tirocinio, la ricerca su di sé ed il vissuto diretto sono le basi della conoscenza vera, non l'apprendimento mnemonico di testi: "i libri saranno i muscoli, le regole saranno le sensazioni corporee e le verifiche saranno i cambiamenti del nostro stato psicofisico..."**

**Stefania Tronconi**

Il percorso ha una durata di tre anni per dare il tempo necessario alla Conoscenza, alla Consapevolezza e alla Coscienza personale di evolversi e di crescere in modo armonico e profondo lasciando un'impronta indelebile nella nostra struttura psicofisica.



## PROGRAMMA

Il corso di formazione è a numero chiuso (max 20 persone) ed è rivolto a laureati in Scienze motorie, diplomati I.s.e.f., fisioterapisti e massofisioterapisti, ostetriche, medici, psicologi, pedagogisti, insegnanti scolastici, naturopati, osteopati, psicomotricisti, operatori sanitari, istruttori sportivi qualificati.

Il percorso formativo triennale comprende:

- **12 incontri annuali didattici:** sono spazi formativi fondamentali per comprendere la metodologia sia da un punto di vista metodologico-teorico che tecnico-pratico.
- **Lavoro su di sé personale almeno 12 giornate di Stage e 12 sedute di personal trainer** preceduta da una analisi posturale annua computerizzata, o un percorso completo da decidere annualmente con responsabile corsi. Unico ed insostituibile è il lavoro personale che costantemente si svolge su di noi come operatori, e futuri operatori, per conoscere sempre più in profondità l'applicazione della Metodologia ed accompagnare con fiducia tutti coloro che accompagneremo in questo percorso di prevenzione e salute.
- **Tirocinio triennale: 12 giornate da 8 h** (anche divisibili) da effettuare presso BIOSTUDIO di zona, tirocinio pratico in **12 giornate di Stage**, che permette di apprendere da un operatore lo svolgimento della attività di Bioginnastica<sup>®</sup>; questo è un momento formativo importante attraverso il quale dubbi e difficoltà vengono chiariti attraverso l'applicazione della pratica della Metodologia, seguiti ed accompagnati da un tutor.

(Ogni allievo deciderà di essere accompagnato da un operatore già formato durante il suo percorso formativo).



## PROGRAMMA FORMATIVO DIDATTICO

### I° ANNO

#### **Principi base su cui si è creata e fondata la metodologia, le radici della Bioginnastica®: "ASCOLTO"**

- *Sistema ciberneticico tonico-posturale: basi neurofisiologiche del sistema sensoriale - percettivo.*  
Docente: dott.ssa Stefania Tronconi
- *Postura e struttura psicofica: dalle catene miofasciali al sistema bioenergetico.*  
Docente: dott.ssa Stefania Tronconi
- *Elementi di posturologia ed analisi posturale applicata. Docente: dott. Lorenzo Baldini;*  
*Analisi posturale applicata alle sedute individuali e di gruppo.*  
Docente: dott.ssa Stefania Tronconi
- *Elementi di psicologia: basi sensoriali-percettive del pensiero. La rigidità psicofisica.*  
*La parte sabotatrice che è in noi. Conoscersi nel vivere quotidiano.*  
Docente: dott. Mirco Bonoli
- *Pedagogia musicale: l'armonia del suono e del movimento.*  
Docente: dott. Luca Giacomelli.
- *Utilizzo degli oli essenziali.*  
Docente: dott.ssa Manuela Succi.
- *Lavoro pratico: Sviluppo della capacità personale di percezione corporea: ascolto e contatto con sé stessi. Studio didattico, analisi posturale e sviluppo delle dieci sedute base di lavoro del protocollo Bioginnastica®. Sedute individuali applicate al protocollo di base: Personal Trainer di Bioginnastica®. Docente: dott.ssa Stefania Tronconi*

### II° ANNO

#### **Il secondo anno di formazione ha lo scopo di consolidare le nozioni apprese nel percorso personale e didattico, e di applicarle nelle diverse situazioni di lavoro sul corpo: "ARMONIZZAZIONE."**

- *Bioginnastica nell'età evolutiva. Dismorfismi e paramorfismi, atteggiamenti posturali alterati, l'equilibrio nella crescita e sviluppo dell'individuo.*  
Docenti: dott.ssa Stefania Tronconi, dott.ssa Raffaella Cavina e dott. Simone Magnani



## Scuola di Formazione in bioginnastica®

- *Patologie dell'apparato osteo-muscolare: prevenzione e terapia.*  
Docente: dott.ssa Stefania Tronconi
- *Applicazioni pratiche.* Docente: dott.ssa Stefania Tronconi
- *Bioginnastica e postura nell'età adulta e lavorativa. Postura ed Ufficio.*  
Docente: dott. Luca Giacomelli
- *La Musica in Bioginnastica®.* Docente: dott. Luca Giacomelli
- *Applicazione teorica e pratica della metodologia Bioginnastica®.*  
Docente: dott.ssa Stefania Tronconi
- *Comunicazione e relazione affettiva.* Docente: dott. Mirco Bonoli

### III° ANNO

**Il terzo anno è il momento fondamentale per la formazione dell'operatore di Bioginnastica®: l'integrazione del "FARE" e dell'"ESSERE".**

*Riuscire a coniugare la tecnica-didattica nell'armonia della Metodologia Bioginnastica®, rimanendo sempre nella propria individualità e centratura: sono gli obiettivi di quest'ultima parte del cammino formativo dove si concentra l'attenzione sull'individuo e la crescita professionale.*

*I Bioritmi del corpo.*

- *Principi di riflessologia, psicosomatica, medicina cinese.* Docente: dott.ssa Stefania Tronconi
- *Bioginnastica® applicata alla gravidanza ed il parto.* Docente: dott.ssa Maria Pia Pandolfo  
Parte pratica. Docente: dott.ssa Stefania Tronconi
- *Rieducazione Posturale applicata al campo fisioterapico, riabilitativo-rieducativo.*  
Docente: dott.ssa Valentina Montanari
- *Basi psico-percettive del pensiero. Il Valore incondizionato.* Docente: dott. Mirco Bonoli
- *La voce come strumento in Bioginnastica®.* Docente: dott. Luca Giacomelli
- *Comunicazione integrata: gli strumenti di espressione e divulgazione*  
Docente: dott. Luca Giacomelli

Verifiche annuali del materiale didattico - teorico

Tesi e verifica finale: la tua lezione di Bioginnastica®



## DOCENTI

Dott. Stefania Tronconi - Massofisioterapista, Scienze motorie, ideatrice del Metodo Bioginnastica<sup>®</sup>.

Dott.ssa Manuela Succi farmacista naturopata

Dott. Lorenzo Baldini - Medico chirurgo specialista in Medicina dello sport.

Dott. Mirco Bonoli - Psicologo, psicoterapeuta, naturopata.

Dott.ssa Maria Pia Pandolfo - Medico chirurgo specialista in ginecologia esperto di omeopatia.

Dott. Valentina Montanari - Fisioterapista.

Dott. Chiara Verlicchi - Scienze motorie.

Dott. Simone Magnani - Scienze motorie massofisioterapista.

Dott.ssa Raffaella Cavina - Scienze motorie massofisioterapista.

Dott. Luca Giacomelli - Operatore di Bioginnastica<sup>®</sup> naturopata

## PERCORSO

Il corso per diventare Operatore di Bioginnastica<sup>®</sup> comprende:

- Lavoro su di sé
- Lezioni teorico pratiche didattiche

Percorso della durata di tre anni

Il lavoro su di sé è fondamentale per conoscere la metodologia ed applicarla prima su sé stessi e poi proporla agli altri.

### **PRIMO PERCORSO PERSONALE DI ACCESSO ALLA SCUOLA**

E' quindi indispensabile, prima del lavoro teorico pratico didattico, effettuare un primo percorso personale, in base alle proprie esigenze e disponibilità, concordato con la sede della scuola.

Stage o lezioni intensive per monte ore 16 oppure corso settimanale monte ore 25.



## **PERIODO DIDATTICO 4 INCONTRI ANNUALI PER UN TOTALE DI 12 GIORNATE**

- 28/29 settembre 2019
- 25/26 gennaio 2020
- 15/16/17 maggio 2020
- dal 7 al 11 luglio 2020

Nel periodo triennale, per migliorare la propria professionalità e applicazione didattica, sono compresi:

- 1-** Analisi posturale annuale presso il Biostudio di Faenza;
- 2-** 12 giornate di tirocinio di 8 h *(per un totale di monte ore 96)* presso i Biostudio Italia;
- 3-** Tutor gratuito presenza per seguire passo passo il cammino migliorando la pratica e per superare le difficoltà che si incontrano;
- 4-** 12 sedute individuali di personal di 1 h ciascuna presso il Biostudio Jonas Faenza *(per un totale di monte ore 12)*
- 5-** 12 stage, come assistenti, di 5 h *(per un totale di monte ore 60)*, oppure, 6 corsi settimanali *(per un totale di monte ore 135)*, oppure, 24 lezioni intensive *(per totale di un monte ore 60)*.

**Solo al termine del percorso didattico e di tirocinio verrà rilasciato il diploma di Biooperatore certificato IRSEF**





Scuola di  
Formazione in  
**bioginnastica**<sup>®</sup>

## COSTI

- **SCUOLA TRIENNALE / COSTO ANNUO** **€ 1300 + IVA**  
comprende:
  - 3 analisi posturale
  - 12 giornate di tirocinio di 8 h (*per un totale di monte ore 96*)
  - Tutor
  - 12 sedute individuali di personal di 1 h ciascuna presso il Biostudio Jonas Faenza (*per un totale di monte ore 12*)
- **SCUOLA TRIENNALE COSTI AGGIUNTIVI - PERCORSO PERSONALE COL IL 20% DI SCONTO PRESSO I BIOSTUDIO ITALIA:**
  - Stage o lezioni intensive (*per un totale di monte ore 60*), oppure, 6 corsi settimanali (*per un totale di monte ore 135*).
- **AL TERZO ANNO, PER OTTENERE LA CERTIFICAZIONE IRSEF ENTE MIUR ED IL RICONOSCIMENTO DI EDUCATORE COL METODOLOGIA BIOGINNASTICA IL COSTO È DI € 200 + iva**



I corsi si terranno presso:



Via Cittadini, 15/1 Faenza (Ra),  
tel. 0546.622959 cell. 334 1961700  
biostudiofaenza@bioginnastica.it  
www.bioginnastica.it