

## “VERTEBRAL TERME”

### Vacanza studio sulla **RIEDUCAZIONE VERTEBRALE** con il Metodo Feldenkrais<sup>®</sup>

**Montegrotto Terme (PD) – c/o Hotel Millepini Terme**

**1 – 2 – 3 maggio 2009**

Il C.t.r. S.r.l. – Centro Terapia Riabilitativa di Reggio Emilia, in collaborazione con IL GINNASIO – Centro di rieducazione Vertebrale e Chinesiologia di Genova, organizza un seminario di aggiornamento sulla “Rieducazione vertebrale con il Metodo Feldenkrais<sup>®</sup>” presso un accogliente centro termale, in cui sarà possibile abbinare studio, vacanza e cura del mal di schiena.

**Il seminario è RISERVATO ai laureati in Scienze motorie e in Fisioterapia per i quali ha in corso la pratica per l’accreditamento degli E.C.M..**

#### **Caratteristiche del corso**

Il Seminario ha **carattere prevalentemente pratico**: le lezioni teoriche saranno funzionali al lavoro operativo e tenute da un medico che affronta quotidianamente con i suoi pazienti il problema del mal di schiena e delle alterazioni posturali.

Il Seminario è particolarmente utile a chi, per motivi professionali, si occupa della prevenzione e della rieducazione motoria funzionale.

L’obiettivo è quello di fornire una **formazione operativa**, con un **programma di lavoro concreto**, da utilizzare personalmente o nel proprio ambito professionale.

Nonostante il lavoro sia condensato in tre giornate, il corso è molto rilassante, segue un ritmo lento e lascia spazio agli approfondimenti ed ai feedback individuali.

#### **Contenuti indicativi del Seminario**

**Il programma di lavoro prevede, tra l’altro:**

- Il Mal di schiena
- Chinesiologia e patologie della colonna vertebrale
- Processi per il miglioramento della funzionalità rachidea
- Mobilizzazione lombare, dorsale e cervicale
- Educazione posturale e scuola della schiena
- Rilassamento neuromuscolare e respirazione

Farà da supporto teorico al programma il libro di Maurizio Cancedda: ["Rieducazione vertebrale"](#), che raccoglie i principi metodologici seguiti nel seminario.

## Programma:

### Venerdì 1 Maggio 2009

- ore 15.30: Registrazione partecipanti  
ore 16.00: Presentazione Docenti e programma  
ore 16.30: **Dott. Roberto Citarella - Il Mal di schiena**  
Lezione teorica: "Patologie lombari: Prevenzione e chinesiologia rieducativa"  
ore 17.00: **Dott. Maurizio Cancedda**  
Lezione pratica: "La mappa della schiena"  
ore 17.30: **Dott.ssa Louise Pénaud**  
Lezione pratica: "Le posizioni antalgiche"  
ore 18.00: **Dott. Maurizio Cancedda**  
Lezione pratica: "Movimenti semplici per la mobilizzazione globale"  
ore 18.30: **Dott.ssa Louise Pénaud**  
Lezione pratica: "Le sette regole d'oro"  
ore 19.00: **Dott. Maurizio Cancedda**  
Lezione pratica: "Mobilizzazione lombare: The pelvic clock (l'orologio sacrale)"

### Sabato 2 Maggio 2009

- ore 16.00: **Dott. Roberto Citarella - Il Mal di schiena**  
Lezione teorica: "Le algie dorsali: prevenzione e chinesiologia rieducativa"  
ore 16.30: **Dott.ssa Louise Pénaud**  
Lezione pratica: "La mobilizzazione toracica"  
ore 17.00: **Dott. Maurizio Cancedda**  
Lezione pratica: "Il respiro del diaframma e l'apertura della gabbia"  
ore 17.30: **Dott.ssa Louise Pénaud**  
Lezione pratica: "Liberare le spalle"  
ore 18.00: **Dott. Maurizio Cancedda**  
Lezione pratica: Il rotolo per sbloccare le vertebre  
ore 19.00: **Tutti i Docenti:**  
Spazio per la discussione e per i feed-back

### Domenica 3 Maggio 2009

- ore 10.00: **Dott. Roberto Citarella - Il Mal di schiena**  
Lezione teorica: "Le algie cervicali: prevenzione e chinesiologia rieducativa"  
ore 10.30: **Dott.ssa Louise Pénaud**  
Lezione pratica: "La mobilizzazione cervicale"  
ore 11.00: **Dott. Maurizio Cancedda**  
Lezione pratica: "Gli occhi e la schiena"  
ore 11.30: **Dott. Maurizio Cancedda**  
Lezione pratica: "La mandibola morbida"  
ore 12.00: **Tutti i Docenti:**  
Spazio per la discussione e per i feed-back  
ore 12.30: Valutazione ECM

## Direttore del corso: Dott. Roberto CITARELLA

Medico Chirurgo e Specialista in Chirurgia Generale, è Direttore Sanitario del Poliambulatorio Privato C.T.R. (Centro Terapia Riabilitativa) di Reggio Emilia.

## Docenti

**Dott.ssa Louise Pénaud**, laureata in Fisioterapia presso la Facoltà di Medicina di Genova, si è formata in Italia ed in Francia, studiando diverse tecniche. Ha collaborato con vari Centri Medico-sportivi e Istituti di Riabilitazione. Nella sua attività professionale segue atleti, danzatori e persone con disabilità motoria. E' molto apprezzata per la sua dedizione e professionalità.

**Dott. Maurizio Cancedda**, laureato in Scienze motorie rieducative alla Facoltà di Medicina, si è specializzato in ginnastica vertebrale e in educazione posturale per la cura del [mal di schiena](#).

E' membro dell'Unione Nazionale Chinesiologi, del Gruppo di Studio sulla Scoliosi, dell'Istituto Italiano colonna vertebrale (ISICO) e dell'Associazione Italiana Insegnanti Metodo Feldenkrais®.

Collabora con numerosi medici specialisti per il trattamento chinesiologico delle alterazioni posturali e delle patologie vertebrali.

Nel suo Centro di ginnastica vertebrale utilizza, sia nei corsi di gruppo che nelle lezioni individuali, le tecniche della "Back school" e del Metodo Feldenkrais®.

Ha studiato il "Metodo Feldenkrais®" con trainers internazionali come Ruthy Alon, direttrice del corso quadriennale di formazione che lo abilita all' insegnamento delle lezioni di Cam® e di Integrazione funzionale®.

Relatore in seminari, corsi di formazione e aggiornamento per insegnanti e terapisti, ha pubblicato articoli su riviste specializzate.

E' autore di un [libro](#) e di un [corso audio e video](#) sulla rieducazione vertebrale con il Metodo Feldenkrais®.

## Sede del corso

Il seminario avrà luogo presso il Centro Termale

"**Hotel MILLEPINI**" sito in Via Catajo n. 42 – 35036 - Montegrotto Terme (PD)

Telefono 0039 049 8911766 – Fax 0039 049 8910208

[www.millepini.it](http://www.millepini.it) – mail: [info@millepini.it](mailto:info@millepini.it)

## Segreteria organizzativa

Centro di Rieducazione Vertebrale e chinesiologia "Il Ginnasio"

Via Maddaloni, 1/1 - 16129 Genova Foce.

Telefono 010.53.11.14 - E-mail: [info@ilginnasio.it](mailto:info@ilginnasio.it)

## Materiale necessario

Il Centro è attrezzato con tutto il necessario per lavorare. I partecipanti dovranno solo portare il proprio abbigliamento comodo, delle calze di cotone e alcuni indumenti che verranno utilizzati come "attrezzi non convenzionali": calzoncini di lana morbida, un plaid di lana e un asciugamano grande.

## Numero partecipanti

Avendo carattere pratico il seminario è a numero limitato, pertanto è consigliabile iscriversi per tempo.

Per la precedenza, previa conferma telefonica della disponibilità dei posti, farà fede la data di pagamento (vedi, di seguito, le modalità di iscrizione).

## Quota di partecipazione

Per poter partecipare al seminario è prevista una quota partecipazione di **Euro 250,00** (più IVA) che comprende il Libro teorico "[Rieducazione Vertebrale](#)".

La quota è ridotta a **Euro 210,00** (più IVA) per i Soci AITOP, AIFI, UNC, GSS, ISICO, UISP e per AII MF.

**N.B.:** La quota di partecipazione non comprende il costo del soggiorno che verrà regolato direttamente con l'Hotel.

"**Hotel MILLEPINI**" sito in Via Catajo n. 42 – 35036 - Montegrotto Terme (PD)

Telefono 0039 049 8911766 – Fax 0039 049 8910208

**CIASCUN PARTECIPANTE DOVRA' PRENOTARE LA CAMERA DIRETTAMENTE CON L'HOTEL ENTRO IL 12 APRILE 2009**

## Modalità d'iscrizione

Compilando il [form di iscrizione on line](#) e poi effettuando il pagamento mediante:

- bonifico bancario intestato a: IL GINNASIO A.S.D. - Via Maddaloni 1/1, 16129 alle seguenti coordinate IBAN: IT-18-N-07601-01400-000089896336.
- bollettino di c/c postale intestato a: IL GINNASIO A.S.D. - Via Maddaloni 1/1, 16129 – c/c n. 89896336 – Causale: Cognome e Nome – Iscrizione al VERTEBRAL TERME.
- vaglia ordinario intestato a: IL GINNASIO A.S.D. - Via Maddaloni 1/1, 16129 Genova.

Per ulteriori informazioni contattarci al 010.53.11.14

Sito Internet: [www.ilginnasio.it/terme\\_per\\_il\\_mal\\_di\\_schiena.html](http://www.ilginnasio.it/terme_per_il_mal_di_schiena.html)

E-mail: [info@ilginnasio.it](mailto:info@ilginnasio.it)

## Attestato di partecipazione

Al termine del corso verrà rilasciato, in carta pergamena, un **attestato di partecipazione**.

**Il seminario ha in corso la pratica per l'accreditamento degli E.C.M. per i fisioterapisti.**