



Movimento è Salute

Memorial Giuseppe Gussoni

In collaborazione con:



Con il contributo non condizionante di:



Movimento è Salute

Memorial Giuseppe Gussoni



28 settembre 2024

Dalle ore 9:00 alle ore 16:00

Centro Congressi
S. Elisabetta *(sede dell'Università di Parma)*

Parco Area delle Scienze, 95 Parma

Ingresso libero
Posti limitati
Prenotazione obbligatoria

Per informazioni
cirodicristino@gmail.com
338 7534647

In collaborazione con:



Con il contributo non condizionante di:



FruttaExpress





Programma

- | | |
|---------------|--|
| 9:00 - 9:20 | INTRODUZIONE
Gianluca Gussoni
Presidente CUS Parma: Iacopo Tadonio
RINGRAZIAMENTI: Ciro di Cristino |
| 9:20 - 9:40 | EVOLUZIONE FUNZIONALE
Ciro di Cristino |
| 9:45 - 10:05 | ALLENAMENTO CONTRO RESISTENZA PER LA
PREVENZIONE ALLA SARCOPENIA
Massimo Spattini |
| 10:10 - 10:30 | LA MEDICINA FUNZIONALE E IL RUOLO
DELL'ATTIVITA' FISICA
Elisabetta Bernardini |
| 10:30 - 10:35 | DOMANDE |
| 10:35 - 10:40 | PAUSA |



- | | |
|---------------|---|
| 10:40 - 11:00 | IL MOVIMENTO UMANO RAZIONALE FINALIZZATO
Mario Craviotto |
| 11:05 - 11:25 | DAL TUTTO ALLA FRAMMENTAZIONE
Gianluca Gussoni |
| 11:30 - 11:50 | LA VITA FORMA E DEFORMA
Erika Ferrari e Norberto De Angelis |
| 11:50 - 11:55 | DOMANDE |
| 11:55 - 12:00 | PAUSA |
| 12:00 - 12:20 | ATTIVITA' FISICA PER PREVENIRE E CURARE LE MALATTIE CARDIO-METABOLICHE
Massimo Gualerzi |
| 12:25 - 12:45 | ESERCIZIO FISICO COME PREVENZIONE ALLA OSTEOPENIA
Giampaolo Lavagetto |
| 12:50 - 13:10 | PILATES ED IL BENESSERE DIFFUSO. ASCOLTARSI, RESPIRARE E SENTIRE IL CORPO PER MIGLIORARE LA PROPRIA VITA
Elisabetta Carboni |



13:10 - 13:15	DOMANDE
13:15 - 14:15	COFFEE BREAK
14:20 - 14:40	TECNICHE INNOVATIVE PER IL CORRETTO ALLINEAMENTO E LA SALUTE DELLA COLONNA VERTEBRALE Giovanni Magnani
14:45 - 15:05	INFLUENZA DELLE AFFERENZE PROPRIO ED ESTEROCETTIVE SUL CONTROLLO NEUROFISIOLOGICO DEL SISTEMA TONICO POSTURALE Maria Angela Cristofanilli
15:10 - 15:30	INFLUENZE ORALI SUL RACHIDE Andrea Pelosi
15:35 - 15:40	DOMANDE
15:40 - 15:55	COMMENTI E RINGRAZIAMENTI
16:00	CONCLUSIONE



In collaborazione con:



Con il contributo non condizionante di:

