

## 1^ GIORNO PROGRAMMA PILATES THERAPY PER FISIOTERAPISTI LIVELLO 1

<b>ORARI</b>	<b>DESCRIZIONE</b>	<b>METODO DI INSEGNAMENTO</b>
<b>8:30 - 9:00</b>	REGISTRAZIONE DEI PARTECIPANTI	
<b>9:00 - 9:15</b>	Opinioni a confronto del lavoro svolto con la tecnica Pilates therapy	<i>CONFRONTO/DIBATTITO TRA PUBBLICO ED ESPERTO/I GUIDATO DA UN CONDUTTORE</i>
<b>9:15 - 10:00</b>	Approfondimento dei principi pilates therapy; Analisi del ragionamento clinico per impostare un trattamento o una lezione di gruppo.	<i>LEZIONI MAGISTRALI</i>
<b>10:00 - 13:00</b>	Esercitazione pratica: prima sequenza di esercizi pilates therapy livello 1 da eseguire sul piano antero posteriore	<i>DIMOSTRAZIONI TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI</i> <i>ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE</i>
	Laboratorio: lavoro a gruppi: ipotesi di casi clinici, individuare la sequenza migliore degli esercizi di Pilates therapy livello 1 sul piano antero-posteriore. Individuare indicazioni e controindicazioni	<i>DIMOSTRAZIONI TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI</i> <i>ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE</i>
<b>13:00 - 14:00</b>	<b>PAUSA PRANZO</b>	
<b>14:00 - 18:00</b>	Esercitazione pratica: seconda sequenza di esercizi Pilates therapy livello 1 da eseguire sul piano frontale	<i>DIMOSTRAZIONI TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI</i> <i>ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE</i>
	Laboratorio: lavoro a gruppi: ipotesi di casi clinici, individuare la sequenza migliore degli esercizi di Pilates therapy livello 1 sul piano antero-posteriore e frontale.  impostare una lezione per la giornata successiva livello introduttivo e prima parte di livello1	<i>ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE</i> <i>ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE</i>

## 2^ GIORNO

<b>ORARI</b>	<b>DESCRIZIONE</b>	<b>METODO DI INSEGNAMENTO</b>
<b>8:30 - 10:00</b>	Sintesi della giornata precedente	<i>LEZIONI MAGISTRALI</i>
	Esercitazione pratica: lezione preparata dai discenti	<i>DIMOSTRAZIONI TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI</i> <i>ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE</i>
<b>10:00 - 12:00</b>	Esercitazione pratica: Terza sequenza di esercizi Pilates therapy livello 1 da eseguire sul piano orizzontale	
<b>12:00 - 13:00</b>	Laboratorio: lavoro a gruppi: ipotesi di casi clinici, individuare la sequenza migliore degli esercizi di Pilates therapy livello 1 sul piano orizzontale Individuare indicazioni e controindicazioni	<i>DIMOSTRAZIONI TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI</i> <i>ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE</i>
<b>13:00 - 14:00</b>	<b>PAUSA PRANZO</b>	

<b>14:00 - 17:00</b>	Analisi degli esercizi appresi e delle priorità cliniche da individuare per la conduzione di un trattamento Pilates therapy individuale e di una lezione di gruppo in relazione alla patologia	DIMOSTRAZIONI TECNICHE SENZA ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DEI PARTECIPANTI
	Conduzione di una lezione individuale Pilates therapy preparata dai discenti.	ESECUZIONE DIRETTA DA PARTE DI TUTTI I PARTECIPANTI DI ATTIVITA' PRATICHE O TECNICHE
<b>17:00 - 17:30</b>	VALUTAZIONE DELLE CONOSCENZE TEORICHE APPRESE DURANTE L'EVENTO TRAMITE DOMANDE A RISPOSTA APERTA.  COMPILAZIONE QUESTIONARIO DI VALUTAZIONE EVENTO FORMATIVO	<i>VERIFICA CON QUESTIONARIO</i>



**DOCENTE: GUERRINA BRIZZI**

**FISIOTERAPISTA**

[www.fisioforma.it](http://www.fisioforma.it)

[guerrinabri@gmail.com](mailto:guerrinabri@gmail.com)

cell: 3407057578