

## Corso Postura e Piede

Potete trovare tutte le informazioni corso di formazione di Tecniche di allungamento globale alla pagina web <http://www.nonsolofitness.it/corsi/postura-e-piede.html>

### PROGRAMMA DEL CORSO

- Il piede: anatomia essenziale (ossa, muscoli e articolazioni)
- Dalla volta plantare all'elica podalica: analisi dell'appoggio
- Il ruolo recettoriale del piede
- Evoluzione del piede piatto infantile e tecniche rieducative – parte teorica e pratica
- Il piede causativo, adattivo, compensatore
- Il piede disarmonico
- Piede e catene muscolari
- Test per valutare la funzione muscolare e articolare del piede – parte pratica
- Test per valutare la funzione recettoriale e posturale del piede (Test di convergenza podalica, Test della marcia sul posto con stimolazioni plantari) – parte pratica
- Il ruolo del recettore podalico nella funzione d'equilibrio – parte teorica e pratica

### DESCRIZIONE DEL CORSO

Il piede svolge un ruolo complesso e fondamentale per l'equilibrio posturale, non solo perché organo di sostegno del corpo ma soprattutto come organo “conoscitivo” che ci mette in relazione con l'ambiente. Dalla salute del piede può dipendere la salute del corpo ed è straordinario osservare come, attraverso specifiche tecniche sul recettore podalico, si possano ottenere benefici immediati in altri distretti dell'organismo. Conoscere il piede nel suo ruolo posturale significa arricchire concretamente il proprio bagaglio di competenze in diversi ambiti: sportivo, riabilitativo, rieducativo.

Un corso teorico-pratico di straordinaria utilità ed imprescindibile per operatori del benessere, istruttori, riabilitatori ed in generale per tutti gli appassionati della postura.