



Postural Rehab Evolution -PRE-

Workshop | PRE | Calle Flauto Method | Stagione 2024/25

Alcuni degli argomenti trattati...

fisiologia applicata alla funzionalità, postura neutra, flessibilità e mobilità, piramide della performance funzionale, esercizi posturali da applicare nel contesto di gruppo, le funzioni muscolari e relazione al lavoro svolto, muscoli deneutralizzatori e neutralizzatori, come valutare le disfunzioni muscolari, come costruire una lezione di condizionamento muscolare funzionale posturale e integrato, come applicare i moduli di lavoro a classi molto eterogenee, e molto altro ancora, e molta pratica.

Struttura del Corso

Il workshop si sviluppa in due fine settimana. Il corso è composto da sessioni teoriche e pratiche, compresi test di valutazione del lavoro presentato.

- **Corso: 2 week end + 2 Manuali fascicolati**
- **Durata: 24 ore di corso**
Sabato 13.00 - 19.00
Domenica 9.00 - 15.00
- **Requisiti: non è richiesta una preparazione specifica**
- **Costo: € 500,00**



Sviluppa schemi di movimento corretti e funzionali ...

Postural Rehab Evolution -PRE- è un programma di flessibilità e condizionamento muscolare integrato pensato per riequilibrare e riabilitare il sistema muscolare, con l'obiettivo di offrire a tutti i partecipanti, nonostante il contesto di lavoro di gruppo, reali benefici riguardanti la postura e il bilanciamento dei carichi.

Durante una seduta di PRE tutti i partecipanti potranno notare notevoli benefici e miglioramenti riguardanti la propria postura e la propria forza della muscolatura profonda. PRE migliora la propria consapevolezza corporea e i personali schemi motori.

Postural Rehab Evolution non è solo recupero e riabilitazione, previene le algie vertebrali, spesso dovute ad atrofie muscolari localizzate, permettendo un netto miglioramento fin dalle prime lezioni, migliore le prestazioni atletiche, e il funzionamento del corpo.



Fai progredire la tua pratica attraverso la conoscenza...

L'esperienza acquisita in questo corso, ti aiuterà a perfezionare e far progredire la tua pratica personale, trasmettendo le informazioni essenziali per insegnare in modo efficace e significativo agli altri

Dopo aver superato i test di valutazione teorico e pratica tutti i partecipanti riceveranno un "certificate" che attesta la conoscenza delle nozioni e tecniche acquisite.



Questo tipo di lavoro muscolare porterà i partecipanti di acquisire in breve tempo una migliore funzionalità di tutti i distretti corporei, e a possedere un corpo più flessibile, forte, e funzionante.

Postural Rehab Evolution insegna a sviluppare sequenze di lavoro complete che andranno a correggere, nel tempo, in maniera definitiva i vecchi schemi di movimento, scrivendone dei nuovi più corretti e performanti.

Come iscriversi...

- *Direttamente sul sito, seguendo le indicazioni*
- *Attraverso bonifico bancario:*

IT59 L034 4030 4100 0000 0228 700

Intestato a Flauto C.

- *Specificare nella causale:*

Workshop Postural Rehab Evolution -PRE-

Sede d:

Nella data di

- * **Inviare copia del bonifico inoltrato dopo aver compilato il form sul sito per l'acquisto del corso.**

**** Potrai scegliere di seguire il workshop in live nelle date e sedi di programmazione, o scegliere di seguirlo online in una settimana, con orari e piani di lavoro personalizzati da definire insieme.**

Per info: amministrazione@calleflauto.com