

Camminare: un sistema dinamico - il bacino

Seminario teorico-pratico di anatomia e Metodo Feldenkrais®

PER ORTOPEDICI, FISIATRI, FISIOTERAPISTI, INSEGNANTI DEL METODO FELDENKRAIS®



In una nuova prospettiva insolita e più organica si studia la funzione dinamica e di complesso raccordo che ha il bacino nell'andatura.

La locomozione umana è un'articolata "composizione mobile". Come in un'orchestra, ci sono numerosi elementi che vi partecipano e si coordinano tra loro: gambe, piedi, caviglie, bacino, tronco, spalle, sguardo, concorrono in un gioco di propulsioni ed equilibri.

Nell'evoluzione della specie l'essere umano ha acquisito la posizione eretta. Il baricentro si è sollevato, allontanandosi dal suolo permettendo movimenti rapidi, veloci e multiformi. È cambiato il rapporto con la gravità, il sistema nervoso ha sviluppato un maggiore controllo dell'equilibrio supportato da una più sofisticata morfologia dei piedi e da un'interazione perfetta tra tronco e suolo grazie al sofisticato ruolo di collegamento del bacino e delle articolazioni coxo-femorali.

Camminare è un movimento spiraliforme, una doppia elica attraversa l'intero organismo, già se ne ritrova traccia nell'architettura delle articolazioni e nell'organizzazione di quei muscoli che hanno una forma di cinghia.

La configurazione della gamba permette al nostro baricentro di spostarsi continuamente sia per creare una spinta verso la colonna vertebrale sia per riceverla dalla stessa.

Il bacino è il crocevia di queste forze che dal basso vanno verso l'alto e vice versa. Veicola allo stesso tempo questo movimento elicoidale in modo tale da creare al contempo stabilità e propulsione nell'organizzazione della camminata.

[CONTATTACI PER INFO E ISCRIZIONI](#)

Il **Metodo Feldenkrais** è un innovativo approccio all'educazione somatica basato sul movimento, un sistema educativo con effetti riabilitativi estremamente complesso e articolato che si riflette sia su aspetti neurocognitivi, sia propriocettivi che meramente bio-meccanici migliorando equilibrio, postura, flessibilità e consapevolezza.

Il seminario si articola in:

- lezioni pratiche di esplorazione somatica, basate interamente sul Metodo Feldenkrais®

- lezioni teoriche di anatomia
- video

Si intende approfondire l'indispensabile ruolo di raccordo del bacino e delle sue complesse articolazioni, nella relazione tra gambe, la colonna vertebrale e il cingolo scapolare nella funzione del camminare.

All'esperienza sensoriale e alle lezioni esperienziali-pratiche del Metodo Feldenkrais®, si affianca un rigoroso studio dell'anatomia, in una visione organica dell'organismo umano per sviluppare un'innovativa analisi del movimento.

Nel seminario troverai:

- Lezioni di esplorazione corporea, dette Consapevolezza attraverso il movimento (CAM) – Metodo Feldenkrais®
- Lezioni teoriche
- Lezioni di esplorazione corporea individuale, esercitazioni a coppie

Sei un medico o un fisioterapista?

Se vuoi ottenere i **crediti ECM** contattaci, sono da pagare a parte.

Per informazioni o maggiori dettagli:

info@spazioup.it

Silvia Conte 349 15 15 975

Valentina De Giovanni 348 54 01389

Sito web dell'associazione Spazio UP! www.spazioup.it

sito web del Dott. Peter Brändli <http://feldenstudio-ti.ch/it/>