



CORSO AVANZATO COMPLETO

L'evoluzione del Pilates in ambito riabilitativo ortopedico e neurologico
"Pilates Fisios metodo Silvia Raneri® -

Universal Reformer, rehabilitation table (Cadillac), Step barrel, Ladder barrel,
Chair - base, intermedio, avanzato e protocolli riabilitativi"

Docente: Silvia Raneri - Fisioterapista, Certified Pilates Teacher

PROGRAMMA DETTAGLIATO MODULO 2 (durata 2 giorni – 1 weekend)

MODULO 2.

PILATES FISIOS® REHABILITATION TABLE (CADILLAC)

PROGRAMMA BASE, INTERMEDIO, AVANZATO & PROTOCOLLI RIABILITATIVI

1° giornata (8 ore)

ore 9.00 Ripasso generale ed introduzione al Rehabilitation Table (Cadillac)

ore 9.30 Rehabilitation Table base, intermedio, avanzato: progressione decubito supino

(obiettivi generali, progressione e final format, indicazioni, controindicazioni e precauzioni)
Dimostrazione pratica degli esercizi. Apprendimento corretta esecuzione, come insegnarli e manualità del terapeuta, come sceglierli o modificarli per proporli ai pazienti in base alle necessità individuali o alla patologia. Pratica tra i partecipanti con scambio di ruolo

ore 10.45 *Coffee break*

ore 11.00 Rehabilitation Table base, intermedio, avanzato: progressione decubito supino (segue)

ore 13.00 *Colazione*

ore 14.00 Rehabilitation Table intermedio, avanzato: progressione decubito prono e sul fianco

(obiettivi generali, progressione e final format, indicazioni, controindicazioni e precauzioni)
Dimostrazione pratica degli esercizi. Apprendimento corretta esecuzione, come insegnarli e manualità del terapeuta, come sceglierli o modificarli per proporli ai pazienti in base alle necessità individuali o alla patologia. Pratica tra i partecipanti con scambio di ruolo

ore 15.30 *Coffee break*

ore 15.45 Rehabilitation Table base, intermedio, avanzato: progressione decubito seduto

(obiettivi generali, progressione e final format, indicazioni, controindicazioni e precauzioni)
Dimostrazione pratica degli esercizi. Apprendimento corretta esecuzione, come insegnarli e manualità del terapeuta, come sceglierli o modificarli per proporli ai pazienti in base alle necessità individuali o alla patologia. Pratica tra i partecipanti con scambio di ruolo

ore 17.00 chiusura 1° giornata

2° giornata (8 ore)

ore 9.00 Rehabilitation Table base, intermedio, avanzato: progressione in ginocchio e in stazione eretta

(obiettivi generali, progressione e final format, indicazioni, controindicazioni e precauzioni)
Dimostrazione pratica degli esercizi. Apprendimento corretta esecuzione, come insegnarli e manualità del terapeuta, come sceglierli o modificarli per proporli ai pazienti in base alle necessità individuali o alla patologia. Pratica tra i partecipanti con scambio di ruolo
ore 10.45 *Coffee break*

ore 11.00 Come integrare l'utilizzo dei piccoli attrezzi con il Rehabilitation Table

(obiettivi generali, progressione e final format, indicazioni, controindicazioni e precauzioni)
Dimostrazione pratica degli esercizi. Apprendimento corretta esecuzione, come insegnarli e manualità del terapeuta, come sceglierli o modificarli per proporli ai pazienti in base alle necessità individuali o alla patologia. Pratica tra i partecipanti con scambio di ruolo

ore 11.45 Esercitazione di gruppo

Valutazione e impostazione trattamento di casi clinici a scelta o elaborazione di protocolli riabilitativi di patologie di interesse specifico per i partecipanti: morbo di Parkinson, Sclerosi Multipla, Paraplegia, Paraparesi spastica, patologie funzionali del quadrante superiore (es. conflitto sub-acromiale) e del quadrante inferiore (es. protesi anca, intervento ricostruzione legamenti ginocchio) etc.. integrando l'utilizzo dell'Universal Reformer e del Rehabilitation Table

ore 13.00 *Colazione*

ore 14.00 Linee guida per protocolli riabilitativi Pilates Fisios®: patologie della colonna vertebrale

(lombalgia, artrosi, stenosi, spondilolistesi, osteoporosi, pre-post chirurgia, scoliosi)
ore 15.30 *Coffee break*

ore 15.45 Come impostare le sedute di gruppo sugli attrezzi e a corpo libero:

il colloquio valutativo, la progressione degli esercizi, coordinare i vari livelli; sedute duetto e semiprivato, circuito. Pratica di conduzione di una seduta di gruppo o circuito su Cadillac, Universal Reformer e a corpo libero con scambio di ruolo tra i partecipanti

ore 16.45 Conclusioni, consegna degli attestati e dei crediti formativi

ore 17.00 Chiusura corso