



## **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 4 (durata 2 giorni – 1 weekend)**

#### **MODULO 4.**

#### **PILATES FISIOS® CHAIR**

#### **PROGRAMMA BASE, INTERMEDIO, AVANZATO & PROTOCOLLI RIABILITATIVI**

##### **1° giornata (8 ore)**

##### **ore 9.00 Caratteristiche dell'attrezzo Chair**

(varie tipologie, principi per la scelta)

##### **ore 9.30 Chair base, intermedio, avanzato**

(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 13.00 Colazione*

##### **ore 14.00 Chair base, intermedio, avanzato (segue)**

*Ore 15.30 Coffee break*

##### **ore 15.45 Chair base, intermedio, avanzato (segue)**

##### **ore 17.00 chiusura 1° giornata**

##### **2° giornata (8 ore)**

##### **ore 9.00 Chair base, intermedio, avanzato (segue)**

*ore 10.45 Coffee break*

##### **ore 11.00 Come impostare le sedute di gruppo:**

Pratica di conduzione di una seduta di gruppo o circuito utilizzando le barrels, la chair e il matwork con scambio di ruolo tra i partecipanti

*ore 13.00 Colazione*

##### **ore 14.00 Linee guida per protocolli riabilitativi Pilates Fisios®: integrare il pavimento pelvico**

Esercizi per favorire la consapevolezza corporea e l'attivazione del pavimento pelvico sia in statica che in dinamica

*Ore 15.30 Coffee break*

##### **ore 15.45 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 della Chair

**ore 16.45 Conclusioni, consegna degli attestati e dei crediti formativi**

**ore 17.00 chiusura corso**