

**ALTERAZIONI POSTURALI E PRATICA SPORTIVA  
NELL'ETA' EVOLUTIVA**

**La Spezia, 6 - 13 - 20 novembre 2018**

**dalle 20.00 alle 23.00**

**Sala "Pier Giorgio Lombardi" c/o "Casa dello Sport" - Viale Italia 547, La Spezia**

**Programma parte teorica**

Gli anni "difficili" dell'età evolutiva

Le cause che facilitano l'insorgere delle alterazioni posturali; l'equilibrio posturale e l'analisi della postura

Le alterazioni posturali: i paramorfismi e i dimorfismi

Il sistema propriocettivo e i recettori primari

Le alterazioni posturali e la pratica sportiva: gli errori da evitare

L'approccio globale alle alterazioni posturali

**Programma parte pratica**

L'analisi posturale in statica e in dinamica

Verifica della funzionalità dei recettori primari con semplici test

Esercizi per migliorare la propriocettività e per aggiornare ed affinare l'immagine del corpo

L'approccio globale alle problematiche posturali utilizzando la metodica Mezieres

**Relatori**

Vittorio Carmè Laureato in Scienze Motorie, specializzato nella riabilitazione posturale metodo Mezieres. Esperto della Scuola Regionale Coni della Liguria.

Sabina Rapanà Laureata in Scienze Motorie, specializzata nella riabilitazione posturale metodo Mezieres e in massofisioterapia. Esperta della Scuola Regionale Coni della Liguria.

