

CURSO DE ENTRENAMIENTO POSTURAL - PROPIOCEPTIVO

El curso es teórico-práctico y se trabajará con el **POSTUROMED** y el **PROPRIOMED**.

POSTUROMED – LA PLATAFORMA OSCILANTE

- El **POSTUROMED** es una superficie inestable dosificable, que se utiliza en la terapia neuro-ortopédica, en la prevención y en el deporte de alto rendimiento. El **POSTUROMED** fue desarrollado por el Dr. Rasev en 1992.
- La superficie está sujeta a unos elementos especiales oscilantes y patentados, dispone de dos frenos para individualizar el grado necesario de oscilación.
- Un componente necesario de la Terapia postural es la técnica de ejercicios desarrollados por el Dr. Rasev para el **POSTUROMED**.
- Con el aumento dosificado de los aferentes propioceptivos y vestibulares se activan los grupos musculares del tronco y de las piernas. La capacidad de adaptación individual en el entrenamiento estabiliza de forma óptima la columna vertebral y las articulaciones de carga.
- El **POSTUROMED** influye en el control de la postura y del movimiento y mejora la coordinación segmental, así como la capacidad de rendimiento en actividades monótonas.

EL PROPRIOMED – LA BARRA OSCILANTE

- El **PROPRIOMED** es la barra original oscilante. Dispone de elementos amortiguadores y 4 reguladores de frecuencia. La frecuencia y la dificultad de los ejercicios se regulan de forma individual.
- El entrenamiento con el **PROPRIOMED** tiene un efecto en varios sistemas del cuerpo. Estímulos rítmicos dosificados activan de forma dinámica grupos musculares sinérgicos y el tiempo muscular de acción y reacción mejora junto a la función de sujeción. Con ello se fortalecen de forma funcional los músculos de los brazos, cintura escapular, columna vertebral y cintura pélvica. Practicando regularmente se optimiza a largo plazo el control central motor y mejora la elasticidad del tejido.
- Los cuatro reguladores de frecuencia posibilitan un espectro de frecuencia simétrica y asimétrica, posibilitando una estimulación adaptada del sistema neuromuscular con la finalidad de la prevención, el entrenamiento, la terapia y/o el fitness.
- El **PROPRIOMED** posibilita el entrenamiento en 2 planos de oscilación. La intensidad de entrenamiento se influye a través de la frecuencia de la oscilación, la amplitud de la oscilación, el plano de la oscilación, los ejercicios elegidos y el peso de la barra.

DATOS DEL CURSO DE ENTRENAMIENTO POSTURAL - PROPIOCEPTIVO

DIRIGIDO A:	Fisioterapeutas, médicos, profesores del deporte
DURACIÓN:	12 horas repartidas entre viernes tarde y sábado mañana Opcional con Microswing: 16 horas en total.
PROFESORES:	Cristina Cano, Schahin Fotouri. Fisioterapeutas en deporte y Rehabilitación
PRECIO:	Solicitar información
LUGAR:	Formación "inhouse" o a determinar
CONTACTO:	info@fortefis.com 0049 (0)151 4669 8847