



FISICAMENTE FORMAZIONE
Presenta

DOTT.SSA ANNA MARIA VITALI

FASCIAL TRAINING SECONDO LIVELLO

Fascia in action sul Matwork

Rivitalizza il tuo modo di insegnare Matwork
utilizzando i concetti sull'allenamento Miofasciale nei movimenti dinamici.
(2gg: 14 ore)

ROMA 6 - 7 aprile 2019

Scadenza promozione 25 febbraio 2019

[Compila la scheda di iscrizione on line prima che finiscano i posti!](#)

SEDE

SCUOLA DI FORMAZIONE FISICAMENTE viale Giulio Cesare 95 Roma
(video citofono di destra int. 10 - scala DX - secondo piano)

ORARI DEL CORSO

Sabato 6 aprile:

check in ore 9:00 – 9:50; corso 10:00 -13:00 / 14:00 – 19:00

Domenica 7 aprile: corso 9:30 -12:30 / 13:30 – 16:30

NOTA: gli orari potrebbero avere uno slittamento o anticipo di 30 minuti; gli orari definitivi verranno comunicati 10 giorni prima del corso.

COSTO

Costo in Promozione: Scadenza 25 febbraio 2018

€ 390,00 (€ 319,67 + iva) (2gg. 14 ore) (incluso attestato Fisicamente Formazione che verrà inviato via mail dopo la frequenza del corso)

Anziché € 410,00 se ti iscrivi in ritardo

MODALITA' DI ISCRIZIONE

acconto € 90,00 entro la scadenza della promozione 25 febbraio
+ saldo € 300,00 al check-in del 6 aprile

Posti limitati – AFFRETTATI ALL'ISCRIZIONE!!!!

Fisicamente Formazione S.r.l.s.

info corsi- iscrizioni - eventi cell.3346987023 tel. 065295580

email: info@fisicamentepilates.it

www.fisicamentepilates.it

Costo in Promozione per chi ha frequentato Fascia in motion sul Mat a Roma il 2 – 3 febbraio 2019 , oppure a Cecina 23 -24 marzo e si iscrive anche a Fascia in action sul Mat a Roma 6 - 7 aprile:

Pagherai € 360,00 per Fascia in action a Roma 6 -7 aprile, con le seguenti modalità: € 90,00 di acconto entro il 25 febbraio + saldo € 270,00 al check-in del 6 aprile.

CONTENUTI DEL CORSO

Qualè è il ruolo della fascia nella postura, nella propriocezione e nella coordinazione?

Come possiamo allenare la fascia per sviluppare la forza, la potenza e la velocità?

Come possiamo integrare questi concetti nel MAT di Pilates?

Vieni a rivedere il programma del MAT, integrandolo con una serie di esercizi innovativi per migliorare il tuo programma di allenamento per movimenti dinamici

Anna Maria Vitali, dopo aver completato il corso di Manipolazione Fasciale ® di Luigi Stecco, ha integrato il suo concetto delle sequenze e delle spirali miofasciali nel tradizionale repertorio Pilates.

I concetti di sequenza e di spirale miofasciale sono un meraviglioso strumento per capire il ruolo della fascia nella postura, nella propriocezione, nella coordinazione e nel gesto motorio.

Integrando questi concetti nel tradizionale repertorio di Pilates, imparerai a costruire una lezione dinamica e divertente, per migliorare la forza, l'elasticità e la coordinazione nelle attività motorie.

A CHI È RIVOLTO

Il weekend può interessare chiunque operi già nel settore del Pilates, istruttore o studente proveniente da qualsiasi scuola Pilates.

PER ISCRIVERSI

Se non hai mai frequentato corsi con Fisicamente Formazione, invia il tuo curriculum con un recapito telefonico a info@fisicamentepilates.it e chiedi la disponibilità dei posti.

A) Registrati sul nostro sito www.fisicamentepilates.it cliccando su Registrati in alto a sinistra;

B) effettua il login cliccando su Login in alto a sinistra;

C) compila la scheda di iscrizione on line [cliccando qui](#).

D) dopo aver compilato e inviato la scheda on line, e quando avremo ricevuto un minimo di richieste per confermare il corso, ti comunicheremo i dati per effettuare il bonifico bancario di acconto e saldo.

E) invierai la disposizione del bonifico via mail, entro 2 giorni dalla data in cui riceverai i dati del bonifico, a info@fisicamentepilates.it ;

N.B.: L'iscrizione al corso viene considerata valida al momento della ricezione della copia del bonifico d'acconto. Accertarsi dell'avvenuta ricezione della scheda e della copia della disposizione del bonifico, via mail.

IN CASO DI DISDETTA DA PARTE DEL PARTECIPANTE:

la disdetta deve avvenire esclusivamente tramite mail a info@fisicamentepilates.it.

Una volta effettuato il bonifico di acconto o di saldo, non è possibile ricevere un rimborso della quota versata in seguito alla disdetta.

L'allievo può utilizzare la quota versata decurtata di € 30 per iscriversi personalmente a qualsiasi corso, workshop o evento organizzato direttamente da Fisicamente entro 1 anno dalla data di iscrizione.

Per ulteriori informazioni lascia il tuo nome e un tuo recapito telefonico scrivendo a: info@fisicamentepilates.it

Curriculum Anna Maria Vitali

Anna Maria Vitali ha conseguito la Laurea in Medicina e Chirurgia all'Università La Sapienza di Roma con lode.

Combina il suo background di danzatrice e coreografa professionista con una spiccata curiosità scientifica per l'analisi del movimento.

Ha scoperto il metodo Pilates nel 1980, frequentando i corsi tenuti da Alan Herdman presso la London Contemporary Dance School.

Da allora ha approfondito le sue conoscenze studiando metodiche diverse e in particolare il metodo Mézières e il metodo Bertherat presso la Scuola per Osteopati diretta da Alain Bernard.

La sua formazione scientifica la spingono ad approfondire in modo dettagliato diversi aspetti del movimento sia fisiologico che patologico. In questa ottica di aggiornamento e confronto ha seguito i corsi per medici e fisioterapisti tenuti da Diane Lee e Andry Vleeming.

Ha completato il Corso di Fascial Manipulation di Luigi Stecco.

Ha insegnato all'Accademia Nazionale di Danza di Roma, alla Scuola Nazionale di Cinema di Roma e di recente alla Facoltà di Scienze Motorie di Padova come collaboratrice della Dott. Carla Stecco.

Per circa 10 anni ha collaborato come Master Trainer in Italia con la Scuola Pilates Balanced Body di Sacramento fino al 30 giugno 2017.

Attualmente è Master Trainer Pilates e direttrice della Srls Fisicamente Formazione che si occupa della formazione per istruttori Pilates: FISICAMENTE PILATES MAT; REFORMER; COMPREHENSIVE.

Fascia Training per Istruttori Pilates di qualsiasi scuola:

- 1) Miofasciale primo livello FASCIA IN MOTION FISICAMENTE PILATES
- 2) Miofasciale secondo livello FASCIA IN ACTION FISICAMENTE PILATES

FASCIAL FITNESS: introduttivo e avanzato (rivolta anche a preparatori atletici; insegnanti di Fitness; riabilitatori).

COME ARRIVARE PRESSO LA SEDE DEL CORSO

Fisicamente Formazione S.r.l.s.

info corsi- iscrizioni - eventi cell.3346987023 tel. 065295580

email: info@fisicamentepilates.it

www.fisicamentepilates.it

Lo studio Fisicamente si trova a viale Giulio Cesare 95, a circa 300 dalla fermata linea A Ottaviano.

Dovete suonare a Scuola di Formazione Fisicamente, video citofono di destra, interno n.10, scala DX, poi salire al secondo piano porta a destra.

Dalla stazione Termini prendere metro A direzione Battistini, alla sesta fermata scendere a Ottaviano (circa 13 minuti di percorso di metro), camminare per 300 metri su viale Giulio Cesare direzione Lepanto e troverete il portone n.95 sulla destra, prima dell'incrocio con via Fabio Massimo.

Dall' aeroporto di Fiumicino: trenino per Roma Termini e proseguire come sopra.

Oppure dall'aeroporto Fiumicino cerca bus Fiumicino centro (arriverai diretto a via Crescenzo a 700 metri dallo studio) sito <http://www.sitbusshuttle.com/> (nello stesso sito trovi bus da Ciampino)

PER CHI ARRIVA CON LA PROPRIA AUTO

attenzione il parcheggio pubblico si paga, da lunedì a sabato, escluso festivi, dalle ore 8 alle ore 20, portate le monete con voi (€ 4,00 per 8 ore).

PER INFO ALBERGHI

Puoi consultare qualsiasi sito di prenotazioni B&B, in zona avrai l'imbarazzo della scelta. Nella sezione Contatti\Domande Frequenti del nostro sito trovate gli alberghi da noi consigliati: [DOVE DORMIRE ZONA PRATI Metro A Lepanto, Ottaviano o Cipro](#)

Empire Suite Viale Giulio Cesare 95

Stesso pianerottolo del nostro studio

Chiama: 3348882239 da parte di Fisicamente Studio Pilates

Per ulteriori informazioni lascia il tuo nome e un tuo recapito telefonico scrivendo a : info@fisicamentepilates.it

oppure chiama Daniela 3346987023 oppure 065295580 (preferibilmente ore 9, 30 – 12,30) in agosto solo email o facebook: Fisicamente Daniela Vitali,