

**MILANO** 5-7 febbraio 2027

**DOCENTE**

**Edoardo GUSTINI** *PhD in Patologia Clinica  
Dottore in Fisioterapia  
Docente di Fisiopatologia, Università di Udine  
Insegnante Yoga e Yoga Terapia e docente per  
la Siddhant School of Yoga (Rishikesh India) per  
la formazione insegnanti Yoga riconosciuta da  
Yoga Alliance USA*



# YOGA TERAPEUTICO PER RIABILITAZIONE E RECUPERO FUNZIONALE

**24  
ECM**

**DESCRIZIONE**

Il corso di Yoga Terapeutico è strutturato per fornire le basi e una panoramica generale sulle molteplici applicazioni dello Yoga in un contesto ben definito: quello della salute. La formazione proposta consente di scoprire, apprendere e poi applicare la millenaria conoscenza dello Yoga a tutti coloro che desiderano conoscere questa materia per poterne utilizzare i principi in contesti riabilitativi. Yoga Terapeutico e osteopatia-fisioterapia-massofisioterapia-rieducazione posturale, sono discipline che si possono facilmente integrare in un concetto di riabilitazione, di salute e benessere più ampio e trasversale. Il docente, Dottore in Fisioterapia Edoardo Gustini, PhD in Patologia Clinica – Insegnante di Yoga e Yoga Terapia, Docente per la Siddhant School of Yoga (Rishikesh India), collocherà lo Yoga Terapia nel percorso riabilitativo-rieducativo del paziente, sia a partire da un evento acuto fino alla riattrezzatura, sia in un contesto di disfunzioni o di patologie croniche.

Il programma del corso presenta l'introduzione alla Meditazione come pratica salutistica e fornisce anche delle tecniche di Yoga per l'equilibrio emozionale e il controllo dei processi cognitivi con un approccio medico scientifico e approfondimenti di anatomia, fisiologia e biomeccanica funzionale.

**OBIETTIVI**

- Fornire le nozioni teoriche e gli elementi esperienziali di base per poter utilizzare i principi dello Yoga in contesti riabilitativi

**PECULIARITA'**

**AMPIE SESSIONI PRATICHE**

**DESTINATARI:**

Medici, Fisioterapisti, Massofisioterapisti iscritti all'elenco speciale, Massofisioterapisti, Terapisti occupazionali, Ostetriche, Laureati in Scienze motorie, Studenti dell'ultimo anno del CdL



+ 39 02 7021 1274



formazione@eenet.it



www.ediacademy.it



Viale E. Forlanini, 21/23 - 20134 Milano

**MILANO** 5-7 febbraio 2027

# YOGA TERAPEUTICO PER RIABILITAZIONE E RECUPERO FUNZIONALE



**24**  
ECM

## PROGRAMMA

### Prima giornata - 9.00-18.00

- Pratica canonica di Yoga Terapia

#### ESERCITAZIONI PRATICHE

- Pratica guidata
- Introduzione allo Yoga
  - aspetto terapeutico

#### ESERCITAZIONI PRATICHE

- Pratiche fondamentali di Yoga e di Yoga Terapia
  - concetto di Nadi
  - concetto di Meridiani
  - concetto di Prana
  - concetto di Qi
  - concetto di Chakra
- Approfondimento degli asana fondamentali "posture" dello Yoga e dello Yoga Terapia

#### ESERCITAZIONI PRATICHE

- Asana fondamentali

- Il Pranayama "respiro" come strumento terapeutico

#### ESERCITAZIONI PRATICHE

- pratiche fondamentali di Pranayama

## PROGRAMMA

### Seconda giornata - 9.00-18.00

- Pratica canonica di Yoga Terapia

#### ESERCITAZIONI PRATICHE

- Pratica guidata e condotta
- I benefici e le pratiche dello Yoga Terapia nelle più comuni patologie ortopediche
  - lombalgia
  - cervicalgia
  - artrosi
  - sindromi posturali
  - scoliosi...

#### ESERCITAZIONI PRATICHE

- I benefici e le pratiche dello Yoga Terapia nelle più comuni patologie neurologiche
  - Parkinson
  - Sclerosi multipla
  - Emiplegia
  - Paraplegia...

#### ESERCITAZIONI PRATICHE

- Tecniche di Yoga Terapia per ridurre il dolore e l'infiammazione e per agire sul sistema neuro-endocrino:

#### ESERCITAZIONI PRATICHE

- Studio degli Asana "posture"
  - seduti - in quadrupedia - in piedi - proni - in decubito laterale - supini
- Introduzione alla Meditazione come pratica salutistica
- Tecniche di Yoga Terapia per l'equilibrio emozionale e il controllo dei processi cognitivi

## PROGRAMMA

### Terza giornata 8.30-17.30

- Pratica canonica di Yoga Terapia

#### ESERCITAZIONI PRATICHE

- Pratica condotta
- Gli aggiustamenti nello Yoga
  - come
  - dove
  - quando
  - perchè
- La modalità del tocco terapeutico nello Yoga Terapia

#### ESERCITAZIONI PRATICHE

- Lavoro a piccoli gruppi
  - guidare le principali pratiche

Valutazione ECM

**Si consiglia  
abbigliamento comodo  
e un telo per lo svolgimento  
delle parti pratiche**

**PROMO E OFFERTE**  
su [www.ediacademy.it](http://www.ediacademy.it)

**-10% Prenota Prima**  
**-20% Course Sharing**  
**-30% Special Refresh**

**QUOTA: € 610 IVA inclusa**