

TRIESTE

16-17 gennaio - 20-21 febbraio
20-21 marzo 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*



50
ECM

YOGA TERAPIA NELLA RIABILITAZIONE FUNZIONALE

DESCRIZIONE

Lo Yoga, con più di 5000 anni di storia, è una disciplina molto articolata che può, se praticata seriamente, sostenere vari aspetti delle nostre vite tra cui la salute.

Lo Yoga Terapia affronta questo cardinale aspetto favorendo le enormi risorse di auto-guarigione spesso sottovalutate negli ordinari percorsi terapeutici.

È proprio in quest'ottica che proponiamo lo Yoga Terapia, non come percorso sostitutivo alle tradizionali terapie ma come importante strumento complementare ad esse.

OBIETTIVI

Il corso fornisce le nozioni teoriche e gli elementi esperienziali di base per poter utilizzare i principi dello Yoga Terapia in contesti riabilitativi sia ortopedici che neurologici.

PECULIARITA'

NESSUN PREREQUISITO RICHIESTO

SESSIONI PRATICHE OLTRE IL 60%

DESTINATARI:

Medici, Fisioterapisti, Massofisioterapisti iscritti all'elenco speciale, Massofisioterapisti, Terapisti occupazionali, Ostetriche, Laureati in Scienze motorie, operatori del benessere, Insegnanti e praticanti YogaStudenti dell'ultimo anno del CdL

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



+ 39 02 7021 1274



formazione@eenet.it



www.ediacademy.it



Viale E. Forlanini, 21/23 - 20134 Milano

TRIESTE inizio 16 gennaio 2027

YOGA TERAPIA NELLA RIABILITAZIONE FUNZIONALE



50
ECM

PROGRAMMA - h. 8.00-19.00

Primo modulo **16-17 gennaio 2027**

GIORNATA 1

Fondamenti dello Yoga Terapia e Anatomia Sottile

- Pratica Canonica: Risveglio Corporeo Graduale (Propriocezione elementare e respiro spontaneo)
- Introduzione, Anatomia Sottile e Centri Energetici (Studio di Nadi, Prana, Chakra...)
- Approfondimento degli Asana Fondamentali (Analisi teorica e officina pratica)
- Letteratura Scientifica e Pratiche Tradizionali (Analisi delle evidenze cliniche)
- Pratica Canonica: Sequenza Strutturata (Assimilazione dei principi posturali esaminati)

GIORNATA 2

Fisiologia del Respiro e Posture di Base dello Yoga Terapia

- Pratica Canonica: Sinergia Neuromuscolare (Mobilità articolare e ritmo respiratorio)
- Scienza del Pranayama e Posture Sedute/Quadrupediche
- Integrazione Clinica e Benefici Cardio-Respiratori
- Laboratorio Esperienziale e Lavoro di Gruppo (Sequenza per l'espansione toracica)
- Pratica Canonica: Rilassamento Guidato (Decompressione e stabilizzazione)

Secondo modulo **20-21 febbraio 2027**

GIORNATA 3

Meditazione, Vibrazione e Colonna Vertebrale

- Pratica Canonica: Centratura ed Equilibrio (Transizione fluida tra asana e focalizzazione mentale)
- Meditazione Clinica, Bija Mantra e Posture Erette (Tecniche di concentrazione e radicamento)
- Posture Prone, Estensioni (Colonna vertebrale, struttura, respiro e movimento)
- Laboratorio di Conduzione (Pratica di focalizzazione e simulazioni in piccoli gruppi)
- Pratica Canonica: Integrazione Psicosomatica (Armonizzazione motoria con le tecniche meditative)

GIORNATA 4

Gestione del Dolore e Punti Marma

- Pratica Canonica: Decompressione Miofasciale (Allineamento passivo e riduzione delle tensioni)
- Biomeccanica, Scarico Vertebrale e Neuroendocrinologia (Gestione dello stress e infiammazione)
- Protocolli Antinfiammatori con l'utilizzo dei punti Marma
- Esperienza Antalgica e Co-Conduzione (Gestione del dolore profondo e sequenze supine di gruppo)
- Pratica Canonica: Rilascio Profondo (Sessione terapeutica ad alto comfort per il sistema vagale)

Terzo modulo **20-21 marzo 2027**

GIORNATA 5

Pranayama, Regolazione Emotiva e Funzioni Cognitive

- Pratica Canonica: Emozione e Movimento (Pratica fluida incentrata sulla consapevolezza del gesto)
- Equilibrio Emozioni, Processi Cognitivi e Mindfulness
- Integrazione Pratica sulla Meditazione nello Yoga Terapia
- Rilascio Tensionale e Gestione dello Spazio (Pratica di rilascio emotivo e uso della voce)
- Pratica Canonica: Stabilizzazione Emozionale (Rilassamento strutturato per integrare il lavoro)

GIORNATA 6

Patologie Ortopediche, Neurologiche e Tocco Terapeutico

- Pratica Canonica: Sintesi Posturale (Sessione integrativa finale con riassunto delle varianti)
- Yoga Terapia per Patologie Ortopediche e Neurologiche
- Metodologia degli Aggiustamenti e del Tocco nello Yoga Terapia
- Laboratorio di Casi Studio (Lezione esperienziale di sintesi e studio casi clinici)
- Pratica Canonica: Integrazione Clinica Autentica

Valutazione ECM

PROMO E OFFERTE
su www.ediacademy.it
-10% Prenota Prima
-20% Course Sharing

QUOTA: € 1150 IVA inclusa