

# METODO FELDENKRAIS®

TERZA  
PARTE

con **Marina Cacciotto** assistente formatore

**Sabato 20 aprile 2024**

## COMPRESSIONI SCHELETRICHE E MOVIMENTI FUNZIONALI

Lo scheletro può considerarsi una leva antigravitaria che comprimendosi e decomprimendosi attraverso le articolazioni favorisce la trasmissione delle forze. Impariamo fin da piccoli ad utilizzare lo scheletro, in varie configurazioni e sfruttando la resistenza offerta dal pavimento a generare le spinte che ci permetteranno di muoverci ed avviarcici verso la stazione eretta; i tessuti molli: muscoli, tendini, legamenti, ecc. tengono insieme le articolazioni e rispondono alla trazione della forza di gravità o ad altre forze esterne. Ma cosa succede se l'organismo si sente minacciato ed i muscoli si contraggono in modo esagerato, non necessario? Quali sono le strategie che possiamo adottare per aiutare le persone che si rivolgono a noi? Durante il P.T. attraverso lo studio di C.A.M.® ed I.F.® verranno insegnate tecniche per affrontare il tema trattato.



- **MODALITÀ:** in presenza oppure online a scelta dei partecipanti
- **ORARIO:** Dalle 10 alle 13. Costo: **60** euro
- **Saranno disponibili le registrazioni comprese nel costo e l'attestato valido ai fini della certificazione A.I.I.M.F.**



Info:  
**Marina Cacciotto**  
338.6608129

Sede:  
**Via Oropa 28 Torino**

IL  
SEMINARIO DI  
POST FORMAZIONE  
E' RIVOLTO AGLI  
INSEGNANTI DEL  
METODO  
FELDENKRAIS®