

A chi si rivolge

La **posturologia** applicata è consiglia a tutti sia in **ambito preventivo** che **rieducativo**.

È utile sia agli sportivi che vogliano **incrementare le proprie prestazioni** e **prevenire infortuni** che a chi, a causa di problematiche di tipo ortopedico, **soffre di dolori** legati ad **alterazioni posturali.**

A **livello preventivo** è fondamentale per contrastare atteggiamenti posturali legati alle disfunzioni di vari sistemi quali: visivo (sistema visivo), podalico (barorecettori), gnatologico (ATM), viscerale e della sfera psico-emotiva.

Il **Posturologo Tecnico** lavora in palestra con esercizi posturali e posturologici ed è **laureato in Scienze Motorie** con conseguimento del **Master Universitario in Posturologia.**

CONI Ente di promozione sportiva ITALIA

asi ASSOCIAZIONI SPORTIVE SOCIALI ITALIANE

Per info

Contattaci

SEGRETERIACNG@GMAIL.COM

FISSO: 039-2050962
MOBILE: 329-2328417

VIA SCHIAPARELLI 6
20852 MB – VILLASANTA

WWW.NUOVAGINNASTICA.COM

NG CENTRO di CHINESIOLOGIA



Posturologia Applicata

NUOVA GINNASTICA

Cosa è

La **Posturologia** è quella branca delle scienze che si occupa delle relazioni esistenti tra i **sistemi recettoriali posturali** e la loro azione sulla postura.

Essa si sviluppa attraverso **tre passaggi:**

- **Il primo step** richiede un'accurata e completa valutazione della persona attraverso un controllo posturale ed un'anamnesi posturologica che verifichi la funzionalità del sistema recettoriale posturale per comprendere come occhi, piedi, bocca e visceri influenzano la postura e i motivi che hanno portato il corpo a conformarsi in quelle posture individuali.

- **Il secondo step** è dato dalla programmazione e dalla strutturazione del lavoro attraverso obbiettivi. Nel caso si necessiti di valutazioni più specifiche si verrà indirizzati verso lo specialista più idoneo che indagherà i recettori posturali valutati come disfunzionali.

- **L'ultimo step** è lo svolgimento di tale lavoro attraverso esercizi e tecniche posturali e metodologie differenziate.

Come

Dell'ultimo step pratico è incaricato il **Posturologo Tecnico** che agisce in palestra sui meccanismi posturali "fini" per poter engrammare ed imporre al sistema nervoso del soggetto una **nuova postura** riducendo ed eliminando le interferenze recettoriali, riprogrammandola.

Questa figura si inserisce in un **team multidisciplinare** di cui fanno parte altre figure professionali come ad esempio Dentista, Gnatologo o Podologo che **agiscono sulla persona in base alle disfunzioni posturali** riscontrate.

Per agire sulla postura in maniera specifica e differenziata le metodologie di lavoro utilizzate sono molteplici e specifiche per la situazione:

Chinesiologia, back school, feldenkrais, propriocettiva analitica sulle fasce, tecniche respiratorie e yoga, RPG, pancafit, rieducazione posturale attiva, bioenergetica, pilates, core-link, metodologie miste (grounding, verrouillage, Alexander..), metodo della ginnastica medica (Pivetta), metodologie ISICO (Istituto Scientifico Italiano Colonna Vertebrale) e GSS (gruppo studio scoliosi) ma anche fitness, calistenica e functional training ...

