## DICEMBRE 2019

### Sabato 14

ore 15,00 - 19,30

**"GINNASTICA E PIEDE PIATTO"**

### Domenica 15

**ore 10-12:**

**GINNASTICA secondo le tecniche I.D.:**
**gli esercizi correttivi del piede piatto – andature – tapis roulant – plantoscopio – sassi**

**ore 12-14: DIDATTICA secondo le tecniche I.D.:**
**Panca I.D. – scala dritta – le scale.**

## GENNAIO 2020

### Sabato 18

ore 10,00 - 13,00

ANATOMIA OSTEOARTICOLARE

ore 15,00 - 18,00

**"GINOCCHIO E GINNASTICA"**

**Ore 18.30**

**INAUGURAZIONE ANNO ACCADEMICO 2019**

*Consegna dei Diplomi. Concerto. Rinfresco.*

### Domenica 19

ore 10,00 - 12,00: GINNASTICA secondo le tecniche I.D. nel ginocchio: principi generali e Ginnastica Medica

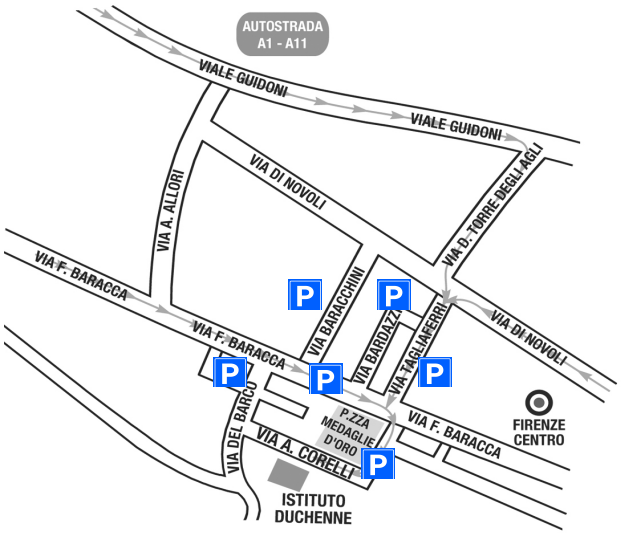
ore 12,00 - 14,00: DIDATTICA secondo le tecniche I.D.:
**Asse d'equilibrio Baumann**
**– Palco di salita.**

Con il patrocinio di:
Società Italiana di Educazione Fisica

S.I.E.F. SOCIETÀ ITALIANA DI EDUCAZIONE FISICA

## INFORMAZIONI GENERALI

**Sede del corso:**
Istituto Duchenne - Via A. Corelli, 27
50127 Firenze
Tel. e fax: 055.4360774
www.duchenne.it info@duchenne.it




## ISTITUTO **DUCHENNE**

**Via Corelli, 27 - 50127 FIRENZE**
**Tel. e Fax 055 4360774**
www.duchenne.it - info@duchenne.it

**In auto dall'autostrada A1 - A11:**
**Uscita FI Nord (Firenze Peretola)**, seguire le indicazioni per VIA BARACCA, all'altezza di piazza delle Medaglie d'oro (giardino pubblico) svoltare a destra ed entrare in via A. Corelli.

**In autobus/tramvia:**
- dalla stazione FI -SMN prendere **Tramvia linea T1** fino alla stazione Leopolda e poi prendere il **bus di linea n. 29 o 30 o 35** direzione Campi/Calenzano, scendere in via Baracca/piazza Medaglie d'Oro , attraversare i giardini di P.zza delle Medaglie d'oro, svoltare a Ds ed entrare al numero 27.
- dalla stazione FI -SMN prendere **Tramvia linea T2** direzione Aeroporto, scendere alla **fermata TORRE DEGLI AGLI**, prendere via Baracchini, attraversare via Baracca/piazza Medaglie d'Oro , attraversare i giardini di P.zza delle Medaglie d'oro, svoltare a Ds ed entrare al numero 27.

## ISTITUTO **DUCHENNE**

SCUOLA NAZIONALE DI EDUCAZIONE FISICA
**Riconosciuta dalla Società Italiana di Educazione Fisica (S.I.E.F.)**

CONVEGNO DI **AGGIORNAMENTO**

# DORSO CURVO E GINNASTICA

SABATO **16 NOVEMBRE 2019**
**ORE 15.00 - 19.30**

DOMENICA **17 NOVEMBRE 2019**

**TECNICHE ID NEL DORSO CURVO**
ORE **10.00 - 12.00**

**GINNASTICA SECONDO LE TECNICHE ID**
ORE **12.00 - 14.00**

**FIRENZE**
Via A. Corelli, 27
Tel. e fax 055.4360774 - 055.433907
**www.duchenne.it**
**info@duchenne.it**

# CONVEGNO DI AGGIORNAMENTO

SABATO 16 NOVEMBRE 2019

ORE 15.00 - 19.30

## DORSO CURVO E GINNASTICA

Il Dorso Curvo è una deformità molto diffusa nella popolazione. Come ogni deformità essa si comporta seguendo le leggi biologiche: dalle forme ai limiti della normalità, alle forme gravissime. Riguardo alle cause, anche per esse, la variabilità è notevole e si va da semplici posizioni scorrette all'osteocondrosi giovanile (m. di Scheuermann), infezioni (TBC ed altre), esiti di traumi, malattie reumatiche (spondiloartrite anchilosante, ecc.) ed altre forme (tumorali, fratture,ecc).

La parte del leone comunque, nella eziopatogenesi del dorso curvo e nella frequenza dei casi, la fanno le forme che riconoscono una origine posturale, dove anche tale origine può avere più motivazioni: da una forma di timidezza, alla vergogna del seno che si sviluppa, come accade in certe bambine, alle attività lavorative o sportive, ecc.

Sicuramente la ginnastica trova un suo posto in tutte le forme di Dorso Curvo. Ma quale ginnastica fare? Fatta dove e da chi? Questi sono due problemi rilevanti al fine della prevenzione e del trattamento e sarà di questo che si parlerà in modo esteso in questo nostro incontro, sia sul piano teorico, nella giornata di sabato, sia in modo pratico nella lezione in palestra della domenica mattina.

Marco Pecchioli

# PROGRAMMA DEL CONVEGNO

Ore 15.00 – presentazione
Ore 15.10 – **Anatomia** normale e patologica della colonna vertebrale
Ore 16.00 – **Fisiologia** dei movimenti della colonna Vertebrale

- Movimenti sul piano sagittale
- Movimenti sul piano frontale
- Movimenti sul piano trasversale
- Movimenti dei singoli distretti:*cervicale, dorsale, lombare*
- Le cerniere naturali e le "cerniere" patologiche
- Le faccette articolari posteriori
- Il sostegno della colonna vertebrale e le reazioni di equilibrio
- Dorso curvo e piedi,ginocchia,anche,spalle.

Ore 16.30 – **Patologia** della colonna vertebrale nel Dorso Curvo
-Le forme paramorfiche
-Le forme dismorfiche: Congenite
Osteocondrosiche
Infettive
Traumatiche
Tumorali ecc.
Ore 16.45 - **Discussione di casi clinici.**

Ore 17.00 – Andamento del Dorso Curvo nel corso della vita
– le ripercussioni del Dorso Curvo nei confronti delle attività quotidiane, lavorative, sportive, comportamentali.
Ore 17.15 – discussione
Ore 17.30 – intervallo
Ore 17.45 – la **Ginnastica Correttiva** secondo le Tecniche I.D. nelle forme paramorfiche.
Ore 18.00 – la **Ginnastica Medica** secondo le Tecniche I.D. nelle forme dismorfiche
Ore 19.00 – Discussione
Ore 19.30 – chiusura dei lavori

**Coordinatore**
**M. Pecchioli**

**ISTITUTO DUCHENNE**
**SCUOLA NAZIONALE DI EDUCAZIONE FISICA**
Riconosciuta dalla Società Italiana di Educazione Fisica (S.I.E.F.)

## DOMENICA 17 NOVEMBRE 2019

### ORE 10.00 - 12.00

## CORSO PRATICO GINNASTICA secondo le

- **gli esercizi correttivi del Dorso Curvo**
- **– specchio girevole**
- **– MO-DO**
- **– scala curva**
- **- OMP**

### ORE 12.00 - 14.00

## DIDATTICA secondo le TECNICHE ID

- GIOCHI DI LOTTA
- STUDIO DELLA VERTICALE

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE AL CONVEGNO**
**Iscritti ordinari : 80,00 euro**
**Iscritti corso MdG : accesso libero**
**Non iscritti : 120,00 euro**
**QUOTA DI PARTECIPAZIONE AL CORSO PRATICO:**
**Iscritti ordinari : 60,00 euro**
**Iscritti corso MdG : accesso libero**
**Non iscritti : 100,00 euro**

**QUOTA ANNUALE DI ISCRIZIONE ALL'ISTITUTO :**
**130,00 euro valida fino a dicembre 2020**