



presenta

**Un ricco programma di master class e workshop "Aquantide"
con il team di Marco Gagliassi ... per un mondo di energia acquatica**

Rimini Wellness 14-17 maggio 2009 - pad. B1 stand 035

Data		Titolo	Docente	Programma	Orario	
GIOVEDI' 14/05/09	MASTER CLASS	ACQUA WALKING	Marco Gagliassi	Camminare in acqua percepire le sensazioni, tonificazione arti inferiori	11.00	
GIOVEDI'	WORKSHOP	RIABILITAZIONE CARDIOLOGICA: ACQUA- CARDIO-TRAINING	Roberta Turchi	"Le malattie cardiovascolari e l'attività fisica in acqua: come e quando intervenire"	11.00	TEORIA 11.00 11.50 PRATICA 12.00 12.40
GIOVEDI'	WORKSHOP	ACQUA ORIENTAL	Mara Chiapponi	I movimenti della danza orientale per imparare a sbloccare il bacino e il torace mobilizzando la colonna vertebrale, mantenendo la fluidità dei movimenti anche fuori dall' acqua	12.00	TEORIA 12.00 12.50 PRATICA 13.00 13.40
GIOVEDI'	MASTER CLASS	WALKING RIABILITAZIONE	Marco Gagliassi Roberta Turchi	Rieducazione al passo ponendo l'attenzione sulla rieducazione di: ginocchio, caviglia, anca e rachide.	14.00	
GIOVEDI'	MASTER CLASS	MODULO 1 TONIFICAZIONE ARTI INFERIORI	Marco Gagliassi	Acqua tone: come poter utilizzare gli esercizi in acqua con le cavigliere e poterne catturare le sensazioni, utilizzando carichi e recupero	15.00	
GIOVEDI'	MASTER CLASS	ACQUA TRIBAL	Mara Chiapponi e alle percussioni Pino Lombardo	Il potere delle percussioni africane con grande stimolo al lavoro sul segmento toracico, aiuta a liberare le tensioni del terzo e quarto chakra energetico, plesso solare sede della volontà e il cuore sede dei sentimenti.	16.00	
GIOVEDI'	MASTER CLASS	PATOLOGIA DELL'ANCA E RECUPERO FUNZIONALE IN ACQUA	Roberta Turchi	Esercizi con e senza attrezzi presentati prima singolarmente e poi combinati tra loro sotto forma di piccoli circuiti	17.00	
GIOVEDI'	MASTER CLASS	ACQUA WALKING	Marco Gagliassi	Rieducazione al passo ponendo l'attenzione sulla rieducazione di: ginocchio, caviglia, anca e rachide,	18.00	

VENERDI' 15/05/09	WORKSHOP	ACQUA WALKING	Marco Gagliassi	Rieducazione al passo ponendo l'attenzione sulla rieducazione di: ginocchio, caviglia, anca e rachide,	10.00	TEORIA 10,00 10,50 PRATICA 11,00 11,40
VENERDI' 15/05/09	WORKSHOP	PATOLOGIE DEL GINOCCHIO E RECUPERO FUNZIONALE IN ACQUA	Roberta Turchi	"Il ginocchio: analisi clinica delle patologie più comuni ed intervento riabilitativo in acqua"	11.00	TEORIA 11,00 11,50 PRATICA 12,10 12,50
VENERDI' 15/05/09	WORKSHOP	ETNO ACQUATIC MOVE	Mara Chiapponi	Tecnica naturopatica di musico danzaterapia. Respirazione postura e musica per sciogliere i sette segmenti corporei bioenergetici, imparando il linguaggio del corpo.	12.00	TEORIA 12,00 12,50 PRATICA 13,00 13,40
VENERDI' 15/05/09	MASTER CLASS	ACQUA WALKING	Marco Gagliassi	Camminare in acqua tonificando arti inferiori e superiori	14.00	
VENERDI' 15/05/09	MASTER CLASS	ACQUA TRIBAL	Mara Chiapponi e alle percussioni Pino Lombardo	Il potere delle percussioni africane con grande stimolo al lavoro sul segmento toracico, aiuta a liberare le tensioni del terzo e quarto chakra energetico, plesso solare sede della volontà e il cuore sede dei sentimenti.	15.00	
VENERDI' 15/05/09	WORKSHOP	ARTROSI E GINNASTICA IN ACQUA: "ACQUAGYM SENIOR"	Roberta Turchi	"L'artrosi: definizione, manifestazione clinica e modalità d'intervento. La riabilitazione in acqua"	15.00	TEORIA 15,00 15,50 PRATICA 16,20 17,00
VENERDI' 15/05/09	MASTER CLASS	YIN YANG TWO FOR PLUS	Marco Gagliassi Mara Chiapponi	Lezione a coppia che sfrutta l'appoggio e la forza di resistenza del compagno per migliorare la propria acquaticità e stabilità, fino a raggiungere il relax sostenuti e guidati.	17.00	
VENERDI' 15/05/09	MASTER CLASS	TOTAL BODY WORKOUT: ALLENA CORPO E MENTE	Marco Gagliassi Roberta Turchi	Allenare il corpo, mentre controlliamo la postura e posizioni	18.00	
SABATO 16/05/09	MASTER CLASS	YIN YANG	Mara Chiapponi	Il gioco degli opposti, movimenti di apertura e chiusura, lenti e veloci per trovare la fluidità dei gesti e sentire la resistenza dell'acqua, rispettando il respiro e la corretta postura. Migliora l'equilibrio ed aumenta la percezione acquatica.	10.00	
SABATO 16/05/09	MASTER CLASS	PRE PARTO ANTALGICA	Roberta Turchi	La ginnastica pre-parto in acqua per la prevenzione e/o risoluzione delle algie vertebrali (modulo 1)	11.00	
SABATO 16/05/09	WORKSHOP	RIEDUCAZIONE GINOCCHIO e CAVIGLIA	Camilla Croce	Aspetti fondamentali per una corretta rieducazione in acqua attraverso l'analisi anatomica e biomeccanica delle articolazioni e dei muscoli che compongono il ginocchio e la caviglia e dei principali esercizi da proporre.	11.00	TEORIA 11,00 11,50 PRATICA 12,00 12,40
SABATO 16/05/09	WORKSHOP	ACQUAWAVEPILATES CON ATTREZZI	Mara Chiapponi	Respiro, concentrazione, fluidità. Gli esercizi di pilates mat work che possono diventare acquatici.	12.00	TEORIA 12,00 12,50 PRATICA 13,20 14,00
SABATO 16/05/09	WORKSHOP	RIEDUCAZIONE DELLA SPALLA	Camilla Croce	Aspetti fondamentali per una corretta rieducazione in acqua attraverso l'analisi anatomica e biomeccanica delle articolazioni e dei muscoli che compongono la spalla e dei principali esercizi da proporre.	13.10	TEORIA 13,10 13,50 PRATICA 14,20 15,00
SABATO 16/05/09	MASTER CLASS	WALKING POSTURA	Marco Gagliassi	Camminare e controllare la postura e la respirazione, allenamento intervall	15.00	

SABATO 16/05/09	MASTER CLASS	RIEDUCAZIONE DORSALGIE	Camilla Croce	Aspetti fondamentali per una corretta rieducazione in acqua attraverso l'analisi anatomica e biomeccanica delle articolazioni e dei muscoli che compongono il rachidee dei principali esercizi da proporre.	16.00	
SABATO 16/05/09	MASTER CLASS	WALKING RIABILITY	Marco Gagliassi Roberta Turchi	Camminare il gesto più semplice da effettuare, proviamolo in acqua	17.00	
SABATO 16/05/09	MASTER CLASS	ACQUA POSTURALHARP	Mara Chiapponi e all'arpa Katia Zunino	Le vibrazioni dello strumento più antico, l'arpa, massaggiano il corpo, la mente e l'anima armonizzandoli. Alla ricerca del suono perduto verso l'anima per trovare emozioni senza tempo con brani di origine antichissima che ci faranno scoprire nuovi movimenti acquatici che migliorano la nostra postura.	18.00	
DOMENICA 17/05/09	MASTER CLASS	ACQUA WALKING	Marco Gagliassi	Camminare e controllare la postura e la respirazione, allenamento interval	10.00	
DOMENICA 17/05/09	WORKSHOP	RIEDUCAZIONE DELLA SPALLA	Camilla Croce	Aspetti fondamentali per una corretta rieducazione in acqua attraverso l'analisi anatomica e biomeccanica delle articolazioni e dei muscoli che compongono la spalla e dei principali esercizi da proporre.	10.00	TEORIA 10.00 10.50 PRATICA 11,20 11,50
DOMENICA 17/05/09	MASTER CLASS	WALKING RIABILITY	Marco Gagliassi Roberta Turchi	Camminare il gesto più semplice da effettuare, proviamolo in acqua	12.00	
DOMENICA 17/05/09	WORKSHOP	RIEDUCAZIONE GINOCCHIO e CAVIGLIA	Camilla Croce	Aspetti fondamentali per una corretta rieducazione in acqua attraverso l'analisi anatomica e biomeccanica delle articolazioni e dei muscoli che compongono il ginocchio e la caviglia e dei principali esercizi da proporre.	12.20	TEORIA 12.20.13.00 PRATICA 13,20 13,50
DOMENICA 17/05/09	WORKSHOP	PRE PARTO ENERGY	Roberta Turchi	La ginnastica pre-parto in acqua: 1)preparto totalmix 2)preparto drenante(modulo2)	13.10	TEORIA 13.10 14.00 PRATICA 14,15 15,00
DOMENICA 17/05/09	WORKSHOP	RIEDUCAZIONE DORSALGIE	Camilla Croce	Aspetti fondamentali per una corretta rieducazione in acqua attraverso l'analisi anatomica e biomeccanica delle articolazioni e dei muscoli che compongono il rachidee dei principali esercizi da proporre.	14.20	TEORIA 14.20 15.00 PRATICA 15,20 16,00
DOMENICA 17/05/09	MASTER CLASS	WALKING RIABILITY	Marco Gagliassi Roberta Turchi	Camminare il gesto più semplice da effettuare, proviamolo in acqua	16.00	
DOMENICA 17/05/09	MASTER CLASS	ACQUA POSTURALHARP	Mara Chiapponi e all'arpa Katia Zunino	Le vibrazioni dello strumento più antico, l'arpa, massaggiano il corpo, la mente e l'anima armonizzandoli. Alla ricerca del suono perduto verso l'anima per trovare emozioni senza tempo con brani di origine antichissima che ci faranno scoprire nuovi movimenti acquatici che migliorano la nostra postura.	17.00	

*Per non perdere l'occasione iscriviti subito compilando il modulo allegato.
Sarai sicuro di partecipare all'evento che ti interessa!*

Programma suscettibile di modifiche in base alle iscrizioni.



Modulo iscrizione masterclass e workshop gratuite Rimini Wellness (sino ad esaurimento posti)

Inviare il modulo compilato in stampatello in tutte le sue parti via fax 0331/796392

MASTERCLASS/WORKSHOP

DATA ORARIO.....

SOCIETA'/CLUB

INDIRIZZO

CITTA'PV..... CAP

TEL/CELL E-MAIL.....

NOME..... COGNOME

RUOLO RICOPERTO NEL CENTRO SPORTIVO.....

La/il sottoscritta/o dichiara: di essere in possesso di certificato di sana e robusta costituzione valido per l'anno in corso; di essere a conoscenza che si tratta di attività non agonistica; di accettare e rispettare il regolamento in vigore presso Rimini Wellness; di autorizzare l'organizzazione D&S srl /Aquantide ad utilizzare i dati riportati per ricevere informazioni e per finalità strettamente connesse ai suoi servizi, riservandosi di avvalersi della facoltà di richiedere rettifica o cancellazione in qualsiasi momento ai sensi del decreto legislativo sulla privacy 196/2003. La D&S srl / Aquantide non si assume alcuna responsabilità per danni ed infortuni che possano accadere a persone e/o cose durante lo svolgimento della manifestazione, che non siano direttamente ed inequivocabilmente imputabili all'organizzazione stessa.

Con l'iscrizione la/il partecipante autorizza l'organizzazione ad utilizzare le immagini fisse e/o in movimento sulle quali la/lo stessa/o potrà apparire raccolte in occasione della propria partecipazione a Rimini Wellness.

DATA

FIRMA