

# Certificazione in Fitness Posturale (CPT)

## Organizzazione del corso

Il corso, organizzato su due anni, prevede un totale di 11 giornate formative, ripartite in lezioni teoriche e pratiche. È rivolto a personal trainer, laureati in scienze motorie, istruttori di sala e fisioterapisti che desiderano acquisire conoscenze ed abilità pratiche per applicare gli esercizi posturali nel mondo del fitness e della rieducazione.

## Argomenti trattati

- Anatomia
- Biomeccanica del movimento
- Fisiologia articolare e Fisiologia Muscolare
- L'organizzazione posturale
- Le catene miofasciali e i diaframmi corporei
- Analisi posturale statica e dinamica
- Fisiatria: le patologie in palestra
- Applicazione dei concetti trattati agli esercizi in palestra

## Docenti del corso

**Andrea Manzotti:** Terapista della riabilitazione ed Osteopata

**Claudio Suardi:** Personal Trainer e Direttore tecnico I.S.S.A.

**Dario Crippa:** Personal Trainer e Docente I.S.S.A.

**Stefano Zambelli:** Personal Trainer e Direttore Tecnico I.S.S.A.

**Nicoletta Albini:** Medico Chirurgo con specializzazione in Fisiatria

**Stefano Pasotti:** Personal Trainer, laureato in scienze motorie

**Nuccio Panella:** Personal Trainer, massofisioterapista

**Francesco Malatesta:** Personal Trainer

**Antonio Parolisi:** Personal Trainer, laureato in scienze motorie

**Daniele Anelli:** Personal Trainer

## Sedi di formazione

Bergamo, presso Individual Training Company, via Camozzi 119.

Casoria(NA), presso F & M Studio, Via C. Battisti 24 bis.

## Quote di partecipazione

La quota di partecipazione annua è di	€ 1000 + iva 1° anno € 800 + iva 2° anno
Da versare nel seguente modo:	
<b>1° anno</b>	Anticipo € 500 + iva all'iscrizione e non oltre il 20/12/2009 Il saldo € 500 + iva entro il 08/01/2010
<b>2° anno</b>	Anticipo € 400 + iva all'iscrizione e non oltre il 20/12/2009 Il saldo € 400 + iva entro il 09/01/2010

## Modalità di pagamento

Bonifico bancario intestato a:

Individual Training S.R.L.  
Codice IBAN IT 24 H030 6911 1011 00000004912  
Banca Intesa SanPaolo Agenzia 1 Bergamo  
Causale: iscrizione fitness posturale

## Informazioni e iscrizioni

Sede di Bergamo:  
fitnessposturale@yahoo.it  
tel. 035/248205  
tel. 331/7304198 Daniele Anelli

Sede di Casoria (NA):  
info@fembenesserepersonalizzato.it  
tel. 081/0836591  
tel. 338/4022982 Francesco Malatesta

Issa Italia  
tel. 02/2615524

## Date dei seminari

<b>1° Anno Bergamo:</b>
8-9-10 Gennaio 2010
17-18 Aprile 2010
4 Giugno 2010 (in occasione della convention I.S.S.A.)
<b>2° Anno Bergamo:</b>
9-10 Gennaio 2010
17-18 Aprile 2010
4 Giugno 2010 (in occasione della convention I.S.S.A.)
<b>1° Anno Casoria:</b>
4-5-6 Dicembre 2009
7-8-9 Maggio 2010
<b>2° Anno Casoria:</b>
5-6 Dicembre 2009
7-8-9 Maggio 2010
Orario lezioni: Mattina 9,30-13 Pomeriggio 14-18